



أستاذ دكتور

بهجت محمد محمد رشوان

استاذ خدمة الفرد المساعد



دعـــوة للنجـــاح

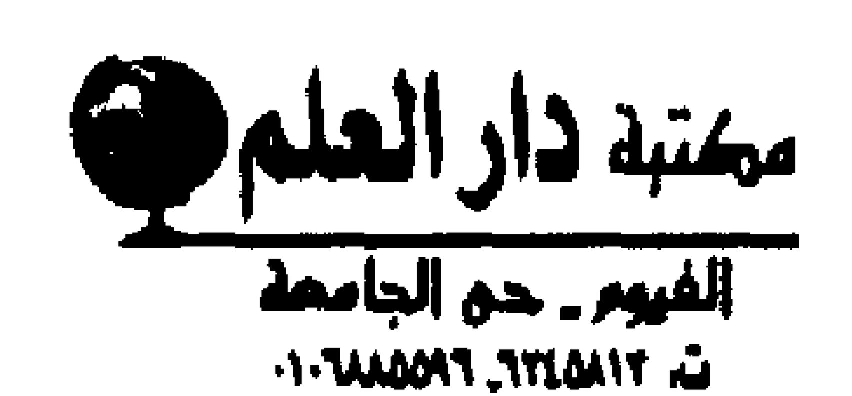
أستاذ دكتور

بهجـــت رشـــوان

أستاذ خدمة الفرد المساعد

المعهد العالى للخدمة الاجتماعية

بســـوهاج



الفيوم ـ حى الجامعة

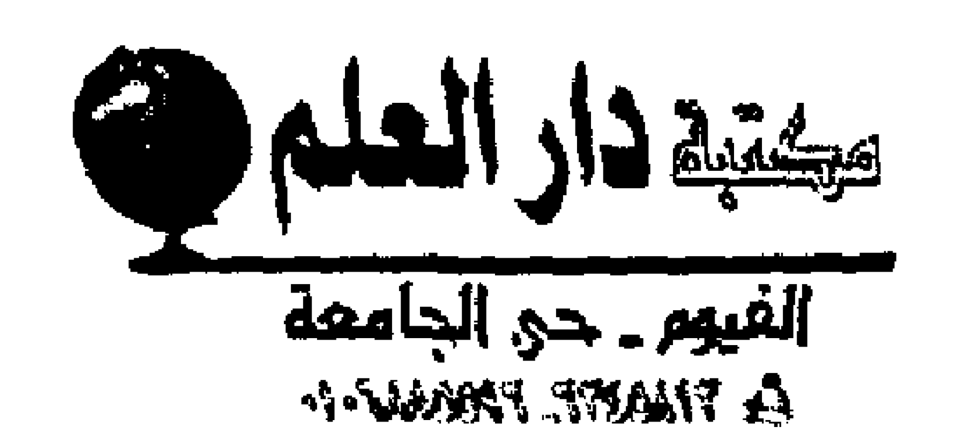
ت: ٦٣٤٥٨١٢، ٠١٠٦٨٨٥٥٩٦

الطبعة الأولى

١٤٣١هـ / ٢٠١٠م

رقم الإيداع: ٢٠٤٦١ / ٢٠١٠

الترقيم الدولى: I.S.B.N. 978-977-362-017-2



إهداء

إلى من علمنى كيف انطق حرفى

إلى من علمنى كيف امسك قلمى

إلى من غرز فى نفسى حب العلم والسعى إليه

إلى روح ابى الطاهرة رحمة الله تعالى وادخله

فاسيح جناته وهو على ذلك قدير أمين يارب العالمين.

إلى شمعة عمرى وريحانة حياتى

إلى من أشعر وأنا بين يديها بأننى فى الفردوس الأعلي

إلى أمى التى شاركت ابى ليكونا أول من قدم لى دعوة للنجاح

إلى أمى الحبيبة الغالية متعها الله بكامل الصحة والسعادة

أمين يارب العالمين

إلى أختى و أخوانى لفضلهم على

إلى ابنى الحبيب الغالى عادل الذى أتمنى ان يصل إلى ما أتمنى الوصول إليه

إلى زوجتى الغلية رفيق دربى

إلى من صالحتنى بها الدنيا لتكون خير معين فى زمن قاس

إلى زهرتى حياتى ومقلتى عينى ابنتى الحبيبتين سعاد وفريدة

بهجت رشوان

مقدمة

كل إنسان يتمنى أن ينجح فى المجال الذى يعمل فيه مهما كان هذا المجال وهذا العمل، هذا طبيعى، ولكن قد نجد البعض لا يسأل أو قد يخشى أن يسأل كيف أكون ناجحاً فى عملى وفى حياتى؟ فى وقت يشعر الكثير بانهزام الروح الداخلية وتفشت روح اليأس والانكسار وانتشر التافهون السطحيون فى كل مكان والأدهى والأمر من ذلك ان يصبح المعربدون والسطحيون مثلاً وقدوة !!!. هذا فى الوقت الذى تظهر الحاجة الملحة إلى من يبعث روح الأمل ويرسل ضياء يضئ الطريق أمام الحيارى والباحثون عن النجاح، فهناك من تتوق نفسه لإيجاد مكاناً لها تحت الشمس، بل بجوار الشمس كى تضئ الدنيا بنجاحها. نفوساً تقسم ان تحفر بأظافرها حروف أسمها على جبين التاريخ.

وهذا الكتاب هو محاوله من المؤلف لتفعيل الأفراد عن بصيرة، فالمؤلف أحد المتخصصون فى الخدمة الاجتماعية وبالتحديد فى خدمة الفرد، وهى ـ خدمة الفرد ـ إحدى طرق الخدمة الاجتماعية التى تتعامل مع الوحدات الصغرى

كالأفراد والأسر، وتهدف إلى تحسين الأداء الاجتماعي للفرد، ويهدف المؤلف من وراء ذلك مساعدة القارئ على التطوير الذاتي وثقل المهارات والقدرات الفردية واكتشاف المواهب وتفجير الطاقات بما يحقق النجاح.

عزيزي القارئ هل لديك القدرة على التحدي، هل يمكنك ان تتحدى عوامل الفشل، تتحدى الظروف، تتحدى الآخرين، تتحدى نفسك التي قد تميل للخمول أوتركن للكسل، تتحدى الدنيا إن حاولت أن تحول بينك وبين أهدافك وطموحاتك ؟ هل لديك القدرة على أن تثبت ذاتك وتفرض قيمتك وشخصيتك بنجاحك على الدنيا؟ فالنجاح يساعدك على ان تكون ذاتك، على أن تفرض احترامك على الآخرين وان تستمتع بكل لحظة فى حياتك.

فهذا الكتاب دعوة لنجاح.

دعوة لأن تعيش حياتك وتستمتع بها.

دعوة من د/ بهجت رشوان

الفيوم ديسمبر ٢٠١٠

الدعــوة الأولى

دعوة لشحذ الهمم

شحذ الهمم:-

كلنا يريد النجاح وعندما تسأل إنسان هل تريد ان تكون ناجح ؟ تجد إنه لا يوجد إنسان في هذه الدنيا يرضى بأن يجيب على هذا السؤال بكلمة «لا»، لماذا؟ لأن النجاح أمنية عظيمة ورغبة، بل وحلم غالي جدًا، ولأن كل إنسان يسعى ويكافح ويبذل جهده في كل عمل سواء كان صغيرًا أو كبيرًا مهمًا أو تافهًا لكي يحقق هذه الأمنية ويقطف ثمارها الصالحة النافعة المفيدة لشخصه ولمستقبله. ولكن البعض منا يخفق فى الوصول إليه ظناً ان كلمة النجاح درب من دروب المستحيل وأمنية صعبة المنال، متناسياً انه يحمل بداخله مقومات النجاح والفشل. فليس كل من قصد شيئاً عرف الطريق الموصل إليه، فقد يسأل البعض بتعجب وقد يصل هذا التعجب إلى حد الاستغراب، كيف يحمل الفرد مقومات فشله داخله ؟ أهناك إنسان يريد ان يكون فاشلاً ؟

مقومات الفشل قد تبدأ بمجرد التفكير فى هل أستطيع القيام بهذا العمل؟ فبمجرد ان يردد بينه وبين نفسه هل أستطيع ؟ فهو يقوم بما يمكن ان يسمى بتهبيط الهمم ويضع لقدراته وإمكانياته حدود، حدودها النظرة السلبية التى نظرها لنفسه بسؤالها هذا السؤال الذى يجب ان يضع مكانه ماهى السبل التى تستخدم لتحقيق هذا العمل ؟ وما هى المتطلبات الواجب توفيرها لكى يتم إنجاز هذا العمل على أكمل وجه ممكن؟. فالنظرة السلبية لأنفسنا تنزل النفس إلى أدنى منزلة و تبخسها حقها، فرؤيتك السلبية لنفسك سبب فشلك في الحياة، هذا بالإضافة إلى

انها تعطل ما لديها من إمكانيات وقدرات قد تكـون قابلـة لأفـضل استثمار ممكن، فإذا اعتقد الإنسان إنه فاشل فسوف يكون فاشلاً ويسعى لكى يثبت لنفسه قبل ان يثبت للآخرين إنه فاشل، ويهدر كل فرصـة يمكن ان يثبت فيها ذاته، فنجده يردد دائماً انا أخشى مـن الفـشل، لا أستطيع القيام بهذا العمل، لا أملك مقومات القيام بهذه المهمة، لا أفهم ماهو المطلوب منى، لا أستطيع الإقلاع عن هذه العادة أبدا. كما يردد ان الشخص الناجح هو شخص محظوظ وان الظروف وحدها هى التى جعلته ناجحاً، ولو توافرت هذه الظروف له لأصبح أكثر نجاحاً مـن هذا الناجح، فهذه التوكيدات السلبية لها من القوة ما يجعلها تطفئ لهيب الحماس إن لم يكن مدعماً بدافع وإرادة وحافز. وإذا أردت ان تتغلـب على التوكيدات السلبية عليك ان تتذكر بإستمرار تجارب النجاح التـى مررت بها خلال سنين عمرك الماضية. فليس هناك شخص نـاجح او فاشل، و لكن يوجد شخص عنده الرغبة و القدرة على النجاح و بـذل الجهد لإدراك هذا النجاح، و شخص عنده نفس الإمكانيات و لكنـه لا يبذل اى شيء لإدراك هذا النجاح.

فالنجاح شيء لا يأتي من نفسه ولا يتحقق بلا شيء، لا تنفـع معـه الأماني، ولا الكلام، ولا القعود والكسل، إنه يحتاج إلى الكثير؛ يحتاج أولاً إلى العزيمة القوية الفولاذية، والتوكل على الله القوي القدير المعز الذي بيده كل شيء ؛ كما قال تعالى: ﴿فإذا عزمت فتوكل على الله إن الله يحب المتوكلين﴾، ثم يحتاج إلى العمل وبذل الجهد الكبير الدءوب

المتواصل. فخذ مثلاً ممارسة الرياضة نجد ان أى لاعب يعلم تمامًا أنه لا يمكنه أن يكون ناجحًا في لعبته وأن يكون بطلاً من أبطالها بمجرد التمني والكلام، إنه يعلم أن النجاح هدف لا يمكنه إحرازه إلا بقضاء الساعات الطويلة يوميًا في التمرين، حتى التمرين العادي البسيط لا يصنع النجاح والفوز والبطولة، بل لا بد من التمرين الطويل الشديد المستمر دون كلل أو تعب. وهذا ما يحتاجه كل عمل لتحقيق التقدم والوصول إلى النجاح والتفوق.(١) لذلك فإن الشيء الوحيد الذى يجب عليك فعله لإدراك النجاح هو تنفيذ و عمل ما ينجزه الشخص الناجح. فكل إنسان يملك بداخله كل مقومات النجاح، ولكن القليل هو الذى يدرك ذلك ويسعى لإظهارها وإبرازها

فالمسألة تحتاج إلى رغبة فى العمل هذه الرغبة مغلفة بالثقة بالنفس وحب المغامرة والإيمان والاشتياق للنجاح، فهذه الرغبة مع الوقت تتحول إلى إيمان وأسلوب حياة.

فلكل إنسان منا تجارب ناجحة فى حياته حتى خلال مرحلة الطفولة، فعليك ان تتذكرها وتستخدمها كقوة دفع تدفعك دوماً إلى الأمام وتستخدمها كتوكيدات إيجابية، فهذه التوكيدات الإيجابية تكون بمثابة الدافع الداخلى والقوة المحركة التى تدفع للامام ولإنجاز العمل فى أفضل وضع ممكن، فكلما رددت بصوت عالٍ لتصل إلى أعماق نفسك أنا ناجح، أنا الأول، أستطيع القيام بهذه المهمة ان شاء الله، ليس هنا مستحيل أو صعب بالنسبة لى، وعليك ان تتعامل مع مستويات

أعلي من الثقة بالنفس كما لو كانت جزءا منك، وان تحدد ما تريده بدقة و اعقد العزم علي إتمامه أيا كان حتي تحققه، وان تثق أنك أكثر ذكاء وإبداعا مما تتوقع، فاعقد العزم في كل يوم على أن تكون أكثر تميزا وفطنة عن ذي قبل، فهذه التوكيدات الإيجابية تتحول إلى اعتقاد وهذا الاعتقاد يتحول إلى دافع داخلى و محرك قوى لدفعك للأمام، فإذا اعتقدت إنك إنسان ناجح فسوف تخلق لنفسك فرص النجاح التى تدعم وتؤكد للآخرين ولنفسك إنك ناجح. حتى وان جانبك الصواب فى موقف ما فإنك تردد ان لم أنجح فسيكفينى شرف المحاولة، ولا ينال اللذة إلا كل مغامر، فالحياة إما أن تكون مغامرة جرئيه... أو لا شيء (هيلين كيلر) و احرص على ان يكون استخدامك لهذه التوكيدات الإيجابية من القوة ما يُوجد لديك القدرة على تحويل السلبيات إلى إيجابيات وتحول الفشل إلى نجاح.

واعلم إنه فى كل مرة تردد فيها التوكيدات الإيجابية تعطى لنفسك فرصة لتفكير فى العوامل التى جعلتك فى هذه المرة تتجنب النجاح، فهذه العوامل هى التى غيرت طريقك للنجاح، وبمعرفتها تتعرف على المعوقات التى عطلت سيرك أو جعلتك تنحرف عن طريق النجاح، فالنجاح هو شامخ فى مكانه لا يتحرك وأنت الذى تأتى إليه بجهدك وكفاحك وصبرك ومداومتك على العمل، وعليك ان تؤمن بان لديك من القدرات و الإمكانيات التى تجعلك بعون الله قادر على التغلب على كل العوائق تقريباً لو استطعت ان تواجه الحياة بشكل مباشر، وبقدر من

التفكير الموضوعى، وعليك دائماً ان تتسلح بالمقولة التى تقول *من ظـــن القدرة على شئ قدر عليها*، ويقول الإمام علي رضي الله عنـــه *(كـــل متوقع آت)*. بمعنى انك إذا اعتقدت انك قادر على أى شئ فى هذه الدنيا، وأخذت بالأسباب فإنك بعون الله ثم بإرادتك سوف تقدر عليها و تحققها. فالناجح هو الشخص الذى استطاع ان يسود مملكته الداخليـــة ويحكمهـــا ويسوسها ويقودها، فأصبح ملكاً ناجحاً يوجه قدراته وإمكانياته ورغباته لتحقيق أهدافه والحصول على درجات النجاح والتقدم.

و سأعطيك عبارة ولكن افهمها جيدا وستجد ان حياتك سوف تتغير بإذن الله تعالى ويكون لها معنى آخر، فليس للحياة معنى سوى المعنى الـــذي تضعه أنت لها، فلو رأيت الحياة على أنها فرصة جملية للنجاح والتفوق في الدنيا والآخرة لوجدت ان السعادة والنجاح يحيطك من كل مكان، أما لو رأيتها على أنها هم وغم وفشل فإنك لا ترى الحياة إلا بهذا المنظـــار بل وسيحيطك الفشل من كل مكان.

أذن الحياة مثل الصدى لصوت ...... فإن ناديت بأعلي صوتك: الحيـــاة جميلة سوف يرجع لك الصوت ــ الصدى ــ ويقول الحياة جميلة جميلة جميلة، وان ناديت وقلت: الحياة فشل سيرجع اليك الصوت ــ الصدى ــ ويقول: الحياة فشل فشل.

ومن هنا نؤكد على ان أدائك لن يكون ملائماً إذا لم يتوافق مع الطريقـــة التى ترى بها نفسك. فعليك ان تثق بنفسك فإن لم تثق بنفـــسك ســـتدفن

أفكارك وتعتبر أحلامك مخاطر وطموحاتك مستحيل وستــضيع الكثيــر والكثير من الفرص التى من الممكن ان تجعلك ناجحاً.

لذلك قال البعض ان نوعية الحياة التى نعيشها تتأثر بدرجة كبيرة جــداً بالطريقة التى نعامل بها أنفسنا والطريقة التى نعامل بها الآخرين.

وصدق ابو القاسم الشابى حينما قال:-

إذا الشعب يوماً أراد الحياة فلابد للقدر ان يستجيب

وقديماً سُئل نابليون كيف استطعت ان تولد الثقة فــى نفــوس أفــراد جيشك، فأجاب كنت أرد بثلاث على ثلاث، من قال لا أقدر قلــت لــه حاول، ومن قال لا أعرف قلت له تعلم، ومن قال مستحيل قلــت لــه جرب.

فعليك ان تسأل نفسك سؤال ما هو الفرق بينك وبين الشخص الــذى يوصف بأنه الناجح الذى يشار إليه بالبنان ؟ هــل هنــاك فــرق والله سبحانه وتعالى وهب كل إنسان من الوقت الأسبوع سبعة أيام، وكــل يوم ٢٤ساعة، وكل أسبوع ١٦٨ساعة، كما وهب سبحانه وتعالى من القدرات العقلية مخ يحتوى على ٢٠٠ بليون خلية، هذا بالإضافة إلــى قدرة العقل على حفظ معلومات تصل إلى ١٠٠ بليون معلومة، كمــا تنتقل سرعة الأفكار بسرعة قد تصل إلى حــوالى ٣٠٠ ميــل فــى الساعة، أبعد هذا يكون هناك فرق بينك وبين الناجح وكلنا متــساوين، بل ان الجملة الجديرة بالذكر هنا هل بعد ذلك يمكن ان نقول ان هناك

فاشل ؟. فالمسئلة ان كل الفرص تمر على الجميع بالتساوي، فيهملها ما يطلق عليهم الفاشلين، ويستغلها الناجحون..

ما نريد ان نقوله هنا هو ان كلنا عندنا القدرات التى توصلنا إلى ما نريد و لكن هناك الكثير لا يعرف كيف يستخدم هذه القدرات ، و عدم القدرة على الاستخدام لا يعنى انها غير موجودة فسر النجاح يكمن داخل الإنسان نفسه ليس في البيئة ، وليس في الصدفة ، وليس في الحظ وليس فى مساعدة الآخرين.

فإذا تأملت لفظ نجاح تجده يتكون من:-

ن = نور لحياتنا.

ج = جهد.

ا = استمرار.

ح = حماس.

وبهذا فإن لفظ نجاح من بين ما يعنيه نور لحياتنا يحتاج لجهد، واستمرار وحماس ليظل النور فى حياتنا.

وهذا الفظ ــ النجاح ــ مرتبط فى معناه بلفظ آخر وهو أمل، وأمل مكون من:-

أ = أنا أعيش.

م = مفيش مستحيل.

ل - لازم أنتصر.

اعتبر ان كل فشل يصادفك هو إحدى تجارب الحياة التى تسبق كل نجاح، فما الفشل إلا هزيمة مؤقتة تخلق لك فرص النجاح، ولا تبكى على اللبن المسكوب، فتضحك عليك الدنيا، فان تبحث وتعيد الذكريات وما فات وتبقى سجين الدمعة والآهات شئ بالتأكيد سلبى، وقيل فى الأمثال *لكل جواد كبوة*، و لذلك فلك أن تتعلم من كبواتك وعليك ان تتعلم كيف لا تنسى لان ما مضى يجب ان يكون دروس للحاضر و توجيهات للمستقبل، وعليك ان تفكر ثم تفكر و تفكر كيف أنسكب اللبن منك ؟ وما هى العوامل التى سبقت وصاحبت هذه الكبوة وهذا الانسكاب، فالتفكير فيما مضى دون محاول الاستفادة منه يجعلك أسير الماضى، ويجعل قدميك مقيدتين بغلاله، فلا يسمح لك هذا التفكير بالسير قدماً نحو الأمام. فإذا لم تفشل، فلن تعمل بجد. فقد فشل المكتشف الشهير أديسون مئات المرات قبل ان يكتشف المصباح الكهربائى، بل اتهمته الصحف بالجنون، وهذا ما حدث مع هنرى فورد عندما أصيب بالإفلاس خمس مرات قبل ان ينجح فى اختراع سيارته، ولقد تم رفض كولونيل ساند روس من قبل أكثر من ألف مطعم قبل أن يزدهر مطعمه بوجبة الكنتاكى الشهيرة، فالذى جمع بينهم جميعاً هو الرغبة فى الاستمرار.(٢) والإصرار على النجاح.

ولا تكون كالبعض الذى قد يكافح ويحقق قدر معين من النجاح، ولكنه يكتفى بما حققه، وكأنه بلغ كل المنى وأقصى ما فى الحياة، وهو بذلك

لا يعلم ان الحياة بالنسبة له تفقد معناها ويبدأ تدريجياً يفقد الشعور بلذة الحياة ، فيعيش حياة بلا معنى، بل ان الشواهد الواقعيــة فــى العــالم الغربى تشير إلى ان هناك الكثير ممن حققوا النجاح فى جانب معــين من الحياة وظن انه وصل لمنتهى الأهداف ونهاية الأمانى ولــم يجــد أمامه إلا ان أنهى حياته بيده لانه ظن ان الحياة توقفت عند هذا الهدف بدلاً من ان يوجد أهداف جديدة وطموحات أخرى تضيف إلى نجاحاته نجاحات وأمجاده أمجاد. فإن رضيت بمكانك لن تصل أبعد منه، فكما قال رونا لد اسبورت إذا لم تحاول أن تفعل شيء أبعد مما قد أتقنتــه.. فأنك لا تتقدم أبدا. بمعنى انك إن شئت ان تجدد حماسك فعليك قــراءة كتب النجاح، وقراءة قصص الناجحين، وأن تحتك بمن يلهب حماسك وقلل ممن لا يثري روحك، وأكتب دوافعك للأشــياء، شــجع نفــسك داخلياً، كافيء نفسك على أي إنجاز ولو بسيط، شجع الآخــرين، ادع لأمر وستجد نفسك تفعله تلقائياً وأول المطبقين له، وعليك الاقتناع التام بما تفعله، و لا تجعل نجاحك وسعادتك مصدر ألم، و استمتع بنجاحك وتقدمك ولا تعتبره واجب لابد أن تؤديه ولكن شيء تحــب أن تفعلــه ويسعدك، فإنك إن ترى نهاية الشيء الذي تفعله فستفرح فرحاً عظيماً بإنجازه. وأعتبر ان الهدف الفعلــي هــو الاســتمرار فــي النجــاح، والاستمرار في النجاح يعني الاستمرار في التطور والعمل علــى أن تكون دوماً في أفضل حالاتك، والحرص على أن تكون الأفضل فــي

مجال عملك ومهنتك التي اخترتها وكذلك تكن أفضل زوج أو زوجة، أفضل أب أفضل أم افضل صديق أو ابن أو بنت.. وهكذا.

ولا تكن كالبعض الذى يكافح ويجتهد ثم يتوقف ويقول ان هناك من يقف حجر عسرة أمام تحقيقى لمزيد من النجاح والأحلام، هنا نقول له تأكد بانه لن يستطيع أى إنسان مهما بلغت مهارته وقدرته ان يدخل إليك ويؤثر فيك إلا بإذنك أنت ورضاك وبمباركتك لهذا التدخل وذلك التأثير، وأعلم بأنك عندما تقول أنا عملت كذا لان فلان قال أو أشار علىّ بهذا، أعلم بأنك كنت تريد ان تفعل هذا ولكنك كنت تنتظر من يدعمك ويدفعك لهذا العمل. وفى نفس الوقت فنجد من يرد عليه قائلاً قد يمنعك الآخرين عن فعل شئ لبعض الوقت، لكنك أنت الذى تمنعها كل الوقت، أنت الوحيد القادر إما على إطلاق سراح أحلامك، أو وأدها و الإجهاز عليها. (٣) حقاً أنت الشخص الوحيد الذى يستطيع ان يُحدث تغييرات جوهرية فى حياتك لها من القوة ما يبقه راسخاً، فلا تنتظر الشخص الذى قد يأتى لينقذك ويمنحك القوة لكى تنطلق، ويهزم أعداءك ويناصرك، ويمنحك الدعم اللازم، ويدرك قيمتك، ويفتح لك أبواب النجاح، فأنت الشخص الوحيد الذى يمكنه ان يلعب دور المنقذ الذى يحرر حياتك من قيود اليأس والفشل. حقاً ان الآخرين والحظ و الصدفة قد تلعب دوراً فى تحقيق النجاح، ولكن دوراً ثانوى لا يتعدى تأثيره ٥ % والباقى اى ٩٥ % من التأثير يقع عليك أنت لان هذه العوامل يمكن ان تتوافر لشخص ليس لديه من القدرة ولا من الحماس

ما يدفعه للنجاح فيفشل. فأول شئ يجب ان تفعله هـــو التغلـــب علـــى الاعتقاد الساذج بأن هناك من سيدخل حياتك كـــى يحـــدث لـــك كـــل التغييرات اللأزمة، فلا يوجد شخص ناجح يتأثر بالعوامل الخارجيـــة ويتهمها إنها سبب فشله و لكنه يرى فى هذه الصعوبة فرصه و يتحدى هذا الظرف الخارجى ، اذا كنت جاد وتريد النجاح يجب ان تتعلم كيفية تغيير تفكيرك من لعب دور الضحية الى الاعتقاد بأنك الـــسبب الأول والأخيـــر فـــى فـــشلك او نجاحـــك ، بعـــد إرادة الله بـــالطبع. فإذا كان هناك من لا يريد لك النجاح ويكن لك كل كراهية فان ابلغ رد عليه هو ان تكون ناجحاً، لإن نجاحك قاتله، فكلما أذدت نجاحاً ذاد الم، ***فالنار تأكل بعضها ان لم تجد شئ تأكله*** ، وكلما فشلت انت في شئ ما كلما كان هذا الإنسان سعيدا بفشلك، فهل تريد ان تسعد من يكن لك كل هذه الكراهية على حساب نفسك ؟ واعلم ان أفضل وسيلة للانتقام هي النجاح وردد أمام نفسك انه لا يجب ان تهتم بما قـــد يعتقـــده الآخـــرون، فالآخرون لا يعيرونك اهتماما على الإطلاق، وتجاهل النـــاس الـــذين يرددون مستحيل.. مستحيل، ولا تستمع إلى أي شخص يـــسبب لـــك إحباطات أو يقلل من طموحاتك. وكن كبطل هذه القصة، ففي إحـــدى المرات كان يوجد مجموعة من المتسابقين الصغار كانوا يشاركون في منافسة والهدف كان الوصول إلى قمة برج عالي وهناك مجموعة من الجماهير تجمعوا لكي يتفرجوا على الـــسباق ويـــشجعوا المتنافـــسين وانطلقت لحظة البدء.....بصراحة لا أحد مـــن المتفـــرجين اعتقـــد أن

هؤلاء الصغار يستطيعون أن يحققون إنجازاً ويصلون إلى قمة البــرج وكانت تنطلق من الجماهير عبارات مثل أوه، كم هي صــعبة... لــن يستطيعوا أبدا الوصول إلى أعلى أو..لا يوجد لديهم فرصة... البــرج عاااالي جدااااا واحد تلو الآخر، بدأت مجموعة من الصغار بالسقوط ما عدا هؤلاء الذين كانوا يتسلقون بسرعة إلــى أعلــى فــأعلى ولكــن الجماهير استمرت بالصراخ صعبة جداً !!!.. لا أحد سيفعلها ويــصل إلى أعلى البرج عدد أكبر من الصغار بدأت تتعب وتستسلم ثم تــسقط، ولكن أحدهم استمر في الصعود أعلى.. فأعلى، وكان من الواضح انه مستمر في ذلك التحدي ولم يكن الاستسلام وارداً في قاموســه، فــي النهاية جميع الصغار استسلمت ماعدا طفل واحد هو الذي وصل إلــى القمة، بطبيعة الحال جميع المشاركين أرادوا أن يعرفوا كيف استطاع أن يحقق ما عجز عنه الآخرون، أحد المتسابقين سأل الفائز: ما الــسر الذي جعله يفوز؟

الحقيقة هي:- الفائز كان أصم لا يسمع

فالنجاح شيء لا يأتي من نفسه ولا يتحقق بلا شيء، لا تنفــع معــه الأماني، ولا الكلام، ولا الأحلام والكسل، ولا الاهتمــام بمــا يقولــه مهبطي الهمم و أعضاء حزب أعداء النجاح، بل يحتاج إلى الكثيــر و الكثير؛ يحتاج أولاً إلى التوكل على الله القوي القدير الذي بيــده كــل شيء ؛ كما قال تعالى :﴿فإذا عزمت فتوكل علــى الله إن الله يحــب

المتوكلين﴾، ثم إلى العزيمة القوية الفولاذية، و يحتاج إلى العمل وبذل الجهد الكبير الدءوب المتواصل.

فلو نظرنا لأي لاعب لأى نوع من الألعاب الرياضة نجده يعلم تمامًا أنه لا يمكنه أن يكون ناجحًا في لعبته وأن يكون بطلاً من أبطالها بمجرد التمني والكلام، ويعلم أن النجاح هدف لا يمكن ان يحرزه إلا بقضاء الساعات الطويلة يوميًا في التمرين، حتى التمرين العادي البسيط لا يصنع النجاح والفوز والبطولة، بل لا بد من التمرين الطويل الشديد المستمر دون كلل أو تعب. وهذا ما يحتاجه كل عمل لتحقيق التقدم والوصول إلى النجاح والتفوق.

فالنجاح في كل عمل أو مجال له أسباب ووسائل لا بد من العمل بها بإخلاص وتفان وجهد مستمر حتى يتحقق .

لذلك نود أن نؤكد هنا على ضرورة ان تؤمن بأنك بالفعل شخص كفء، وان الأفكار السلبية التي تساورك عن نفسك أو التى قد يرددها من لا يريد لك النجاح والخير ليس لها أي أساس من الصحة، وعليك ان تنمى صورتك الذاتية أمام نفسك، فكل منا له صورة ذاتية خاصة به تشتمل على انطباعه عن ذاته من تاريخه وخبراته وتخيل لعيوبه ومزاياه وإمكانياته وطموحاته، أى هى نظرة الإنسان لنفسه داخلياً وإحساسه بقدراته، وهذه الصورة تحدد مدى ثقة الإنسان بنفسه، وتحدد أيضا هل عنده روح المغامرة أم لا، وهذه الصورة هى السبب الرئيسى

فى أن لا يسعى الإنسان لتحقيق أهدافه التى يرى من وحى صورته الذاتية أنها أكبر من إمكانياته وانه لن يصل لها ابداً.

وعليك عند الإقدام لعمل ما ان تفكر فى انك سوف تنجح فيه، حتى لا قدر الله لو لم توفق فما هو الضرر الذى قد يعود عليك ؟ بالطبع لاشئ لأنه لإسواء الأحوال يظل الوضع على ما هو عليه قبل الإقدام لهذا الفعل، وعليك ان تفكر فى لذة النجاح، فالنجاح شيء عظيم ولذيذ يعرف طعمه كل من تذوقه، وهو أمر يمنح صاحبه إحساسًا لا يوصف بالسعادة، وثقة بالنفس لا تقدَّر، وحماسًا لا يوزن ولا يقاس. و كن على يقين بان النجاح شعور ، و الناجح يبدأ رحلته بحب النجاح و التفكير فيه ، و تذكر دائما : يبدأ النجاح من الحالة النفسية للفرد ، فعليك أن تؤمن بأنك ستنجح بإذن الله تعالى

الدعوة الثانية

دعوة للتفكير
هل تريد أن تكون ناجحاً؟

هل تريد ان تكون ناجحاً؟

قد يرى البعض ان عنوان الفصل بهذا التساؤل قد يكون أمر من وجهة نظره غير مناسب، إلا أننا نقصد ذلك لكى أأكد لك على انه يجب ان تكون مؤمناً ان حياتك بيدك أنت وحدك، فأنت المسئول الأول و الأخير عنها وعما يحدث فيها، و أنت الذى يحدد هل تريد أن تكون ناجحاً أو عكس ذلك ؟ لان العمل يبدأ من الداخل، وان أضخم معارك الحياة تلك التي تدور في أعماق النفس والتغيير يكون من الداخل، فالتغيير يبدأ من الإنسان وبذلك التغيير يتغير كل شئ، فالله سبحانه وتعالى هو الخالق وهو أعلم بخلقه وقد قال سبحانه وتعالى (ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم). فإذا أرت ان تأخذ رأى الآخرين عليك ان تعلم ان شخصيات الناس مختلفة و الحكم النهائي للفرد نفسه، فأنت من تحكم على نفسك و ليس الآخرين، فالحياة حياتك أنت والهدف هدفك أنت، فانشغل بها ولها بكل طاقاتك وقدراتك بكل صدق وجهد لترسمها كما تريد وكما تحلم.

حقاً ان لكل إنسان أحلام وطموحات، ولكن هناك من تكون الأحلام هى كل حياته وهناك من تكون الأحلام والطموحات دفعاً لتحقيق الحياة، فالأول يعيش فى أحلامه ولا يملك القدرة على تحقيق الحلم، فالحياة هى حلم فى منام أو تخيل فى يقظة، فهو يعيش ليحلم، فالحياة بالنسبة له عبارة عن حلم، وقد يكون اكبر وأهم حلم له ان يبنى بيت وأسرة وهنا نقول له إن كنت تعتقد انك مخلوقاً للصغير من الأمور فلن

تبلغ إلا الصغير. والثانى يحيا ليحقق حلمه ولا ينـــام إلا إذا تحققـــت أحلامه وتحولت إلى واقع ملموس، فهو يعيش ليحول الأحلام لواقـــع، والحياة بالنسبة له عبارة عن تحقيق نجاحات وتحويل الحلم لحقيقـــة، فهو عاش حياته وعلم الدنيا ان تشهد له، ومن أحلامه ان يبنى لنفـــسه مجداً وتاريخ، فهو الذى يخلق دنياه. وهنا نقول له إذا كنت تعتقد انـــك خلقت لعظائم الأمورِ شعرت بهمّة تكسرِ الحدود ، فالأول لـــم يعـــش حياته وإنما ضاع فى دروب الأوهام وعلمت الدنيا غيره كيف يضحك عليه. فالناجح لديه أحلام يحققها، والفاشل لديه أوهام وأضغاث أحـــلام يبددها. وصدق الشاعر حينما قال:-

لا تحسبن المجد ثمراً أنت أكله

لن تبلغ المجد حتى تلعق الصبراً

منا من يعيش حياته ولا يرضى إلا ان يكون قائداً لآلة الحياة، ومنـــا من يرضى ويعيش كترس فى آلة الحياة مُقنع نفسه و الآخرين ان قمة البطولة انِ يتخلي عنِ أحلامه وطموحاته مـــنِ اجـــل لقمـــه العـــيشِ ومتطلبات الأبناء و رعايتهم، وعندما تسأله يرد قائلاً عـــايش حيـــاتى وراضى، فهو فى الواقع ليس له هدف ولا طموح ورضـــى بالراحـــة والخمول. وهنا نقول كن على حذر ***فلا تجمع بين القناعة والخمـــول.*** وأعلم ان الناجح يصنع الأحداث والفاشـــل تـــصنعه الأحـــداث. و ان تغييرك لنفسك ينبع من التأمل والإرادة والشعور بالمسؤليه، لذلك عليك

ان تثق بقدراتك , فالإنسان يستعمل ٢ إلى ٤% مـن مخـه فقـط....
التحدي والإرادة والإبداع والغاية السامية أعظم محركات القدرات.

هنا قد يسأل سائل كيف ابدأ ؟ كيف أستطيع اصنع حياتى وابنى لنفسى مجداً و تاريخاً ؟

ويجب ان نؤكد فى البداية إذا أردت النجاح فالطريق لـيس مفروشـاً بالورود وسأخبرك من الآن أنك ستواجه الصعوبات وستتعب وسترهق وستفشل وتسقط، مع كل هذه العقبات يجب ان لا تفقد الأمل بعـد أول او ثانى فشل يواجهك، بل يجب ان يكون لديك إصرار وعزيمة وعليك ان تتحمل، ***فلكل وردة شوكها***، ولكل شيء ضريبة وضريبة النجـاح هذه الأمور غير المحببة والنجاحات مخفية تحتها ووراءهـا، وقـديماً قالوا أن ***قطرة الماء تثقب الحجر***، وهذا يعنى انه ليس هناك أهـداف مستحيل تحقيقها مع قوة إرادة وعمل جاد، فهى تحتاج فقط لجهد وتعب وإذا لم نتقدم سنعود للوراء، حقاً قد تجد نفسك فى بداية الأمر مضطرباً بعض الوقت خائف تشعر ببعض القلق وهنا يجب ان تتأكد بأنك على الطريق السليم، فهذا الشعور ظاهرة صحية تدفعك إلى الرغبـة فـى استعادة التوازن والبعد عن الاضطراب والقلق وهذا التـوازن يكـون طريقه النجاح، هذا ان كان لديك الإصرار والعزيمة الـصادقة علـى النجاح، ولك مثل يوضح لك الأمر كله، انك إذا عشت فترة من حياتك فى مكان ما أو فى وظيفة ما يتولد لديك ما يمكن ان يـسمى بـالأمن الداخلى أو ما يسمى بالآلفة بينـك وبـين هـذه الأمـاكن أو هـؤلاء

الأشخاص الذين عايشتهم وبمجرد التفكير بانك سوف تتركهم حتى ولو لمكان أو لوظيفة أفضل، تشعر بالخوف والاضطراب وفقد الأمن الداخلى أو ما يسمى بالآلفة بالرغم من ان هذا الوضع الجديد أفضل وأنت الذى ترغب فيه، وهذا طبيعى لانه بمضى الوقت يتولد لديك آلفة جديدة وأمن داخلى جديد تجاة الوضع الجديد، ولكن إذا لم تكن صادقاً ولم يكن لديك عزم فإن مجرد شعورك بالاضطراب وعدم الأمن يجعلك تعود للسكون والخمول تقاوم التغيير وتقنع نفسك انك ترضى بالقسمة والنصيب، وإذا تأملنا حياة هذا الشخص نجده يعيش فى ألم وندم عمره كله أو على فترات طويلة من عمره كلما تذكر محاولته للنجاح أو تذكر الوضع الذى كان من الممكن ان يكون فيه، فهذا الأمر يكون كالجرح القديم الذى يؤلم كلما نظرت إليه أو لمسته، لذلك أدعوك وأنت فى طريقك للنجاح عليك ان تعتبر العقبات تحديات لابد من اجتيازها، وتذكر الناجحين قبلك كيف واجهوا كل رفض وعقبة بإصرار أكبر، كن الشخص الذي يصر على أهدافه إلى أن يحققها، وتردد أمام نفسك لازم انتصر، ليمتلىء قلبك بالحماس وروحك بلهيبها وتقدم بكل قوتك وكلما وجهت عقبة لا تكثر السقوط وتكثر الآلام بل تقدم حتى مع جراحك وواصل المسير، وأقنع نفسك بأنك عندما بدأت طريقك أخبرت نفسك أن الطريق سيكون صعباً، فهل توافقين على خوضه فوافقتني وخضته وخضناه معاً، ونحن اليوم بعد النجاح نجني ثمرات ما بنيناه وما جاهدناه، ولا زال الطريق طويلاً أمامنا وفي كل

يوم ولحظة سنتقدم أكثر ونحقق أهدافاً أكثر، ولن نتوقف عند محطة بل سنكتشف كل روعات الحياة ونحقق كل حلم ونبني كل مجد بإذن الله. وأكد لنفسك ان الإنسان الوحيد الذى ينجح هو الذى يتمتع بالمثابرة و يكمل عمله بشكل صحيح للنهاية حتى يجد ما يسعى إليه حتى و لو واجه الكثير من المشاكل أو الفشل أكثر من مرة. وإذا وقعت على الأرض فلا تدع الجهل يوهمك أن الناس قد حفروا لك الحفرة، حاول الوقوف من جديد وافتح عينيك وعقلك كي لا تقع في حفر الأيام ونكبات الليالي. إذا وقعت فتعلم كي تقف لا كيف تجزع، و لا تجعل لليأس طريقاً إلى قلبك، فاليأس يغمض العيون، فلا ترى الأبواب المفتوحة ولا الأيدي الممدودة. ومهما كان فإن هناك أمل هكذا علمنا الله سبحانه وتعالى فقد قال تعالى: " قُلْ يا عبادي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ(٥٣) الزمر. وكن كبطل هذه القصة، ففى إحدى المعارك أنهزم أحد القادة هزيمة شعر معها بالألم والفشل المرير وتفرق جنوده بعدها، جلس القائد على صخرة تبعد عن ارض المعركة وهو يفكر فيما وصل إليه أمره وأثناء تفكيره لاحظ مجموعة من النمل تحمل كل نملة من هذه المجموعة قطعة من الخشب أو الطعام وتحاول الصعود بها على الصخرة وكلما تحاول تقع من على هذه الصخرة فتحاول مرة بعد مرة بعد مرة... إلى ان نجحت فى تسلق هذه الصخرة وتكرر هذا الموقف مع بعض النمل إلا انها كانت تُصر على الصعود، ففكر هذا

القائد أيكون النمل أكثر إصراراً وأقوى عزيمة وأصلب إرادة منه، وتعلم من هذا النمل معنى عدم الاستسلام و ضرورة الإصرار على تحقيق الهدف، وتعلم أيضا ان الناجحون دائماً لا يستسلمون وعندما يواجهون الفشل يستجمعون قواهم مرة أخرى و يواصلون المسيرة، ففكر فى جمع جنوده مرة أخرى ليهاجم عدوه، وبالفعل قام بجمع جنوده وتم له النصر.

وأعلم انك إذا استسلمت أمام حالة من الفشل فهذا يعني أنك تتخلى عن النجاح بإرادتك، وأن من يحمل هماً فإن همه لن يدوم، فمثلما تُفنى السعادة هكذا تُفنى الهموم. واعلم ان الإخفاق أساس النجاح، و ليس سقوط المرء فشلاً وإنما الفشل أن يبقى حيث سقط، و أسوا من الفاشل من لا يحاول النجاح ، واعلم أن النجاح ليس نهائياً فهناك فترات يكون النجاح فيها حليفاً، وأوقات يكون الإخفاق فيها صديقاً. لكن الناجحون دائماً لا يستسلمون وعندما يواجهون الفشل يستجمعون قواهم مرة أخرى و يواصلون المسيرة مؤكدون لأنفسهم ان الفشل ليس جريمة، فالخطأ هو ان لا تبدأ وليس ان لا تُخطأ، كما ان النجاح لا يأتى دون تجارب فاشلة، فلا تجعل فى قاموسك كلمة فشل، وإنما يجب ان تتعلم ان الحياة هى عبارة عن محطات، وعليك ان تنتقل من محطة نجاح إلى أخرى وأشعل دائماً طموحك وإرادتك حتى تحرق سفن اليأس و الانهزام والتراجع وقديماً قالوا ***إذا لم تخطأ لم تتعلم الصواب***، ولكن تكرار الفشل وكثرته تعنى ان الشخص يستخدم طريقة

خاطئة ويكررها فى حل المشكلة أو الوصول للنجـــاح. ***واحـــذر مـــن التشاؤم وكن متفائلاً***، فإذا فشلت فلا تقل إنى فاشل بل قل "ان الله ربى ادخر لى من الخير ما لا أعلم وأراد ان يعلمنى " لان عدم نجاحك هذه المرة هى تجربة تضيف إلى خبرتك وعلمك علم بان الطريقــة التـــى استخدمتها هذه المرة هى طريقة خاطئة وعليك ان تبحث عن طريقـــه أخرى تساعدك على النجاح، فإذا عرفنا كيف فشلنا نفهم كيف نـــنجح، ولا تقل أنا فاشل بل قل أنا ناجح بطموحى وجهـــدى وتوفيـــق ربـــى ورضاه، وان تتذكر الإنجازات الماضية ـــ النجاحات الـــسابقة ـــ وان تردد ما اطلقنا عليه سابقاً التأكيدات الايجابية، فتردد دائماً بينك وبـــين نفسك أنا ناجح، أنا واثق من نفسى، يااااما قابلتنى تحديات ومـــشكلات قبل كدة وحليتها بل وانتصرت عليها انتصار رائع. فينتج عـــن ذلـــك الربط الذهنى فى العقل اللاواعى، بمعنى انه عندما تتنفس بقوة وتحدث تحركات جسمية دالة على النشاط والتصميم والعزيمة مع التأكيـــدات الايجابية عندها يتولد الرابط الذهنى فى العقل اللاواعى فى المخ حتى ولو كانت حاله الإنسان النفسية غير جيدة أو فى حالة يأس. كما يؤدى ذلك إلى ثقة الإنسان بنفسه وقدرته على النجاح، هذا يعنى انـــك عنـــد تكرارك للتوكيدات الايجابية يفكر فيها العقل الباطن ويقبلها ويضع لها السبل لتحقيقها والعكس صحيح، فإنك عندما تردد التوكيدات الـــسلبية فإن العقل الباطن ويقبلها ويضع لها السبل لتحقيقها فـــى اللاشـــعور، ونؤكد هنا انه عندما تفكر فى نفسك وتقول التوكيدات عليك ان تقولها

بشكل سليم وصحيح، لان الشكل الذى تصاغ بها هذه التوكيدات تؤثر على الحالة النفسية و القوة الدافعة فمثلاً قولك أنا لست فاشـــل أو أنـــا ناجح نجد ان الجملة الأولى أنت تريد ان تقول بشكل إيجابى يوجد فى الذهن صورة للفشل لأنها مصاغة بطريقة خاطئة، لذلك نؤكد لـــك أن النجاح يبدأ من الحالة النفسية للفرد، فعليك أن تؤمن بأنك ستنجح مـــن أجل أن يكتب لك نجاحا فعلا، وهذا يجعلك لست فى حاجة إلى السماع من الآخرين، فالسماع من الآخرين قد يؤدى إلى التشتت خاصـــة وإذا كان الفرد غير واثق بنفسه وبلا هدف، وقد تقول أنا واثق من نفـــسى ولكن هم أصدقاء وأهل، هنا نقول لك *احذر من العسل القاتـــل* الـــذى يأتى من الأهل والجيران والأصدقاء الذين يتطلعون بتقـــديم أفكـــاراً تفشل أفكارك وتهدد نجاحك وتهبط هممك، فنجد ان كل فرد يدلى برأيه النابع من فكره هو ورؤيته هو للموقف، وقد يكون غيـــر صـــحيح أو غير مطابقة للواقع الذى ينطبق عليك أنت، أو قد تتعارض مـــع أراء الآخرين فيؤدى إلى التشتت، لذلك عليك ان تكون على علم بما تريـــد وان تكون واثق بقدراتك، فالناجحون لا يتأثرون بسهولة مما يؤدي إلى تحقيق أهدافهم والوصول إلى غاياتهم وإلى نتائجهم، حقـــاً أنهـــم قـــد يسألون، ولكن سؤالك للآخرين قد يكون فى الوقت الذى تكون محتاج فيه فعلاً إلى السماع من الآخرين وأن تقيم وتنتقى ما يناســـب حالتـــك وظروفك وقدراتك وقيمك وأهدافك ومهما يكون رأى النـــاس ومهمـــا تكون التحديات فلا تجعلها تعوقك عن تحقيق أهدافك ولا تجعلها تبعدك

عنها، بل احرص على ان تخلق لديك إصـــرار وتأكيـد علـى هـذه الأهداف، ولاحظ الفرق بين ان تسمع دون ان تطلب السؤال، وبين طلبك للسؤال والنصيحة ويجب ان تكون على علم ووعى تام للفـرق بين النصيحة لعمل شئ والإيحاء لفعل هذا الشئ. فالفرق واضـح لان هناك متطوعون يتدخلون فى شئون الآخرين دون مبرر، وهذا التدخل كثيراً ما يفسد حياة الذين يسمحون لهم بالتدخل فى حياتهم يـسمعون إليهم. أما السؤال فأنت الذى تسأل للإيضاح ولاستكمال بناء رأيك، أى ان رأيك واضح أمام عينك يحتاج فقط لبعض الوضوح، أى إنك تحتاج فقد إلى ما يشبه بإشارات المرور التى تكون علـى الطريـق والتـى نسترشد بها لنتأكد من إننا نسير على الطريق السليم، أم الحالـة الأول فإن الآخرين يبنون رأيك أو لنقل انهم يشكلون رأيك بنسبة كبيرة. بل يرسمون لك الخريطة التى تسير عليها فى حياتك.. فهل هذا يجوز ؟

وهذا الكلام لا يعنى انك تصم أذنيك عن نصح ونقد الآخـرين، بـل بالعكس يجب عليك أن تسمع لنصح ونقد الآخرين ولكـن بـشرط ان يكون لديك وعى بان تفرق بين النقد الموضوعى والنقد الهدام، وفـى كلا الحالتين ينبغى عليك ان تستفيد من هـذا النـصح وهـذا النقـد. وأحرص دائماً على ان تجعل قدراتك وإرادتك تعمل معك ومن أجلـك بدلاً من ان تعمل ضدك ومع من يريد الضرر بك. وعليك ان تؤمن ان حياتك قد وُهبت لك كى تخلق أنت لها معنى، وان لم تسر حياتك على

النحو الذى ترغبه، فلا تلوم إلا نفسك، فأنت الشخص الوحيد الذى يستطيع إحداث اختلاف فى حياتك له من القوة ما يبقيه راسخاً.

وطالما انك الشخص الوحيد المسئول عن ذلك، فمن المتوقع أن تجلس مع نفسك بعض الوقت وتتعرف عليها وتسألها بعض الأسئلة و تحاول ان تجد معها إجابات على هذه الأسئلة، فتسألها من أنا ؟ وما هى قدراتى ؟ وما هو هدفى فى الحياة ؟ و ماهو دورى فى الحياة ؟ كيف أتصرف ؟ كيف أقضى وقتى ؟ كيف يمر يومى ؟ وما هي الإضافة التى تمت لى هذا اليوم ؟ وما أهم انجازاتي في هذا اليوم؟ من هم أصدقائى ؟ من هو مثلى الأعلى ؟ وتسأل نفسك هل تتمنى ان تكون أنت مثلاً أعلى ؟ وهل حاولت ان تكون مثلاً أعلى ؟ وماهى هذه المحاولات ؟ وهل فشلت هذه المحاولات وما سبب فشلها ؟ ما هى صورتك أمام نفسك ؟ وما هى الصورة التى تعتقد ان الاخرين يرونك بها ؟ وإلى أى مدى ترغب فى تحسين هذه الصورة ؟

فليكن اكتشافك لذاتك من اكبر مشاريع حياتك لأنك بذلك تعرف مدى صلاحيتك ،هل أنت على مستوى الأداء أم عليك الالتزام الأكثر فمهما وصل الإنسان إلى درجات النجاح والتفوق يريد دائماً ان تكون صورته أمام الآخرين أفضل وأفضل. أطلق لنفسك الخيال وحاول أن ترى نفسك في أخر العمر... ما الإنجازات التي حققتها ؟؟ وما الأثر الذي تركته ؟ وما نوع الحياة التى عشتها ؟ بمعنى ان تغمض عينيك لتتعرف على حياتك المستقبلية، فتخيل أن أمامك باب.. المس الباب..

افتحه، لاحظ النور الذي يظهر منه، هذا هو نور مستقبلك اعبر مـــن خلال الباب و ابدأ في المشي في حياتك المستقبلية تجاه هدفك، اســـتمر في المشى فى حياتك والزمان الذى حققت فيه حلمك، وحدد فترة زمنية تصل بعدها للمكان الذى تريده لنفسك بالضبط، تأمل الزمان الذي تحقق فيه حلمك لاحظ أين أنت بالضبط.. من هم الـــذين حولـــك؟.. مـــاذا ترتدي؟، لاحظ كل شيء تراه، وكل شيء تسمعه، وعندما تحقق حلمك لاحظ ما الذي تقوله لنفسك بالضبط...؟ وما الذى تقوله الحجرة التـــى أنت بها، لاحظ أحاسيسك ، لاحظ نفسك، لاحظ الجو المحـــيط بـــك، وعليك ان تحس، أحس بكل شيء، بكل جوارحك والآن كوّن صـــورة لنفسك بعدما قمت بتحقيق هدفك.. قم بتكبير هذه الـــصورة واجعلهـــا قريبة منك أكثر .. أضف إليها كل ألوانك المفضلة، قم بإعطـــاء هـــذه الصورة شيئا من الطاقة بأن تأخذ نفساً عميقاً، ثم تطلق ســـراح هـــذا النفس في الصورة، وقم بعمل ذلك ثلاث مرات... انظر إلى الـــصورة تسبح من فوقك، والآن اترك صورتك وأنت تحقق حلمك وعد علـــى خطك الزمني للحاضر وأنظر لصورتك التـــي ســـتكون عليهـــا فـــي المستقبل وهي الصورة التي تنتظر منك أن تصل إليها خذ لحظة اشكر فيها عقلك الباطن واشكر الله الذي أمدك بكل هذه القوة لتحقيق حلمك، استمر فى أغمض عينيك وابدأ الآن في صعود السلم و في كل خطوة سيكون عندك طاقة أكبر وثقة أكثر وستشعر بزيـــادة فـــي الانتعـــاش

ورغبة فى النجاح، لذلك يجب عليك أن تحدد أهدافك في الحياة.. تريد النجاح ولكن في ماذا؟

هل أجبت على هذه الأسئلة ؟ بعد الإجابة عليها اجلس مــع نفــسك بعض الوقت وتأمل معنى النجاح وتخيل نفسك وأنت نــاجح، وتأمــل كيف تحولت الدنيا لك –

وهنا نوجه دعوة للحب:-

إن تحقيق النجاح يكمن في أن تحب نفسك بكل خصائصها الحالية – ربما يكون هناك بعض الجوانب التى يجــب ان تغييرهــا – ولكــن جوهرك يستحق ذلك الحب، ولكن يجب ان تحبها مع عــدم كراهيــة الآخرين، حبها حباً محموداً يدفعها إلى الأمام، يجعلك تراها شيئاً عظيم يستحق ان يكون أكثر رفعة وعلواً.

كن متأكداً وواثقاً ان لك نفس جديرة بأن تُحب بكل ما فيها وان عليك ان تحب نفسك الآن حباً عظيماً، وأعلم انك بحبك لنفسك يجعلك تسعى إلى تنقى نفسك من كل الأخطاء، وان تتعرف على عيوبك و تتــذكر أخطاءك لتتخلص منها، فان لم تعرف أخطاءك فإنك سوف تقع فيهــا مرة أخرى، كما عليك ان تدرس أخطاءك وتعلم منها لتمهــد طريقــك للنجاح وتيقن أنك لو تخلصت من عيوبك لكنت أكثر قربا من أحلامك، لذلك عليك ان تواجه نفسك بشجاعة، وان تنتقد أفعالك وتصحح الخطأ وتعالج جوانب الضعف. وتكون لديك القدرة لكى تجعل نفسك شئ جدير

بان تحبها ويحبها الآخرين، فالذى يحب شئ يسعى دائماً لكى يجعلـه أفضل ما يكون، كما ان الإنسان بطبيعته يحب الشئ الحسن وينجـذب إليه، و يستطيع كل شخص أن يكون ما يشاء إذا فهم نفسه و اسـتخدم قدراته و تغلب على نقاط ضعفه معرفة النفس و إدراك حقيقتها تمكنك من التعرف على نقاط قوتك وكذلك النقاط التي تحتاج إلى تحـسين و تطوير، وأعلم ان لكل إنسان عيوب وهي تحد من النجاح.

وهنا قد يتسأل البعض كيف تتخلص من عيوبك ؟

الإجابة تكمن فى ان أعترف بعيوبك، وتحديدك للنقائص التي فيك مثل: استعجال، عدم الثقة فى النفس و في الآخرين، إفراط في الثقـة فـي الآخرين، حب الظهور، الخجل، ضياع الوقت، التردد، ثم ابدأ بعـلاج نفسك.

وكن متأكداً من ان سعيك بإصلاح نفسك والقضاء على نقاط الضعف هي من أعلى نقاط القوه فيك وهي البداية الصحيحة.. (ومـن صـحة بدايته صحة نهايته) وعليك ان تردد دائماً معرفتي بأن أفضل إمكانياتي تكمن فقط داخلي جعلتني أقبل ذاتي، وأحاول ان أجعـل واحـدة مـن الناجحين، وان تردد داخل نفسك ان النـاجحون فـى الأرض كمثـل النجوم فى السماء، فبهم يهتدى الحيران فى الظلماء، ما أنهم يقـدمون للبشرية دوراً يجعل لهم ذكرى طيبة يُذكرون بها بعد موتهم، وعنـدما

يموت الناجح تبكى عليه الدنيا، اما غيره فهو يعيش دون ان يشعر به أحد ويموت دون ان يشعر به أحد وصدق الشاعر عندما قال:-

قد مات قوم وما ماتت مكارمهم

وعاش قوم وهم فى الناس أموات

الدعوة الثالثة

تعرف على نفسك من الداخل

هل تريد النجاح حقاً ؟.. وهل لديك ما يملكه الناجحون من سـمات ؟ هنا أجيب نيابة عنك *نعم* فكل إنسان لديه ما يملكه النـاجحون، ولكـن هناك بعض الأمور المشتركة بين الناجحين وتيسر لهم النجاح، وفـى ذلك نتفق مع جيفري جيه ماير عندما حدد فى كتابه النجـاح رحلـة خمسة أمور يشترك فيها الناجحون وهى من وجهة نظره كالتـالي -:

١- **لديهم حلم:-** فلكل ناجح حلم وهذا الحلم هو ان يكون ناجحاً، بل ان هدفه ان يكون أكثر نجاحاً، وان يحقق ذاته، و يزيد من نجاحه.

٢- **لديهم خطة:-** هى محاولة تطبيق الحلم السابق لكى يكون حقيقـة ملموسة، وفى هذه المحاولة يحدد مجموعة من الخطوات التـى مـن خلالها وبواسطة قدراته وإرادته يُحول التخيل إلـى واقـع ملمـوس، فالناجحون أصبحوا ناجحون من خلال قدرتهم على فعل ما يريـدون بإرادتهم النابعة عما بداخلهم.

٣- **لديهم معرفة وتدريب من نوع خاص:-** هذه المعرفة تتمثـل فـى معرفتهم بأنهم مسئولون أمام أنفسهم أولاً عن أهدافاً يجب ان يحققوها، ومعرفة خاصة بكيفية تحقيق هذه الأهداف وكيفية استثمار قـدراتهم وكل ما يمكن استثماره لتحقيق هذه الأهداف، وتدريب على تحقيق هذا النجاح وهذه الأهداف، وقد يكون هذا التـدريب جـاء مـن تكـرار مرورهم بتجارب النجاح.

٤- **لديهم استعداد والرغبة في العمل بجد:-** وهم يقومون بأداء العمل بإتقان وإخلاص ويبذلون

فيه جهداً كبير فـــى إتمـــام هـــذا العمـــل فـــى صـــورة ترضـــيهم.

٥- **لا يعدون كلمة "لا" إجابة لأي تساؤل:-** فالنـــاجحون دائمـــاً مـــا يردون على التساؤلات التى لا يعرفونها بأنهم سوف يدرســـو ن هـــذا الموضوع ثم يجيبون، فهم لا يتكلمون إلا بعد تفكير ودراسة، ولكن هذا لا يعنى أنهم يفتون بغير علم، بل إنهم فى الأمور التى تحتاج إلى رد سريع وهم غير مدركين لهذا الموضوع فإنهم يجيبون بعدم المعرفـــة وهنا تكون الإجابة بهذا مستحبة جداً ومستحسنه عن ان تكـــون فتـــوة بدون علم.

وفى نهاية هذة الجملة نقول انه من الضروري ان تستفيد من تجارب الآخرين نجاحاً وفشلاً، نجاحاً للإقتداء وفشلاً للانتقاء، ولكن لا تنسى ان عندك تجارب ذاتية ناجحة عليك استثمارها وتكرارها.

ـ **الفرق بين الناجح والفاشل:-** عليك ان تتعرف على هذه الفـــروق لكى تكتشف فى اى من هذه الجوانب تتفق، وفى أيهما تختلف، وعليك ان تنمى الجوانب الإيجابية الموجودة لدى الناجحون وقد يكون بعضها موجدوه لديك وتحتاج لتنمية أو غير موجود ويحتاج لغـــرس، وهـــذه الفروق بين الناجح والفاشل وهى:-

أولاً - الناجح شخص يسعى دائماً لاكتشاف طرق جديدة لتحسين أداء عمله وتطويره والفاشل يسعى دائماً للانتهاء من عمله:- فالناجحون يسعون دائماً للبحث عن الجديد ويؤمنون بإمكانية كل شئ ويلغون من قاموس حياتهم لفظ مستحيل أو لا فائدة، اما الفاشل فهو الذى يؤمن بأنه ليس فى الإمكان أحسن مما كان وان طريقته لعمل الشئ هى الطريقة الوحيدة بل و المثلى.

ثانياً:- الناجحون تتحدث عنهم أعمالهم والفاشلون يتحدثون عن أحلامهم:- فالناجح ليس لديه وقت للكلام ، حتى وإن تكلم فإن أفعاله تكون أبلغ وأكثر من كلامه لان ليس لديه وقت للكلام و لإيمانهم بان الأعمال أعلى صوتاً من الكلمات، أما الفاشل فليس لديه ما يتكلم عنه فيضطر هو الكلام عن نفسه وأحلامه، فنجده كثير الكلام وقليل الفعل ووقته كله للكلام.

ثالثاً:- الناجحون يفكرون فى الحل والفاشل يفكر فى المشكلة:- فالناجح عندما يواجه مشكلة ما فإنه يحللها ويبحث فى عواملها وأسبابها وكيفية التغلب عليها، بل والأكثر من ذلك ان الناجح عندما يواجه مشكلة فإنه يستفيد منها فى حياته المستقبلية، سواء فى كيفية الوقوع فيها حتى يتجنب هذه العوامل فيما بعد أو كيفية حلها ليتمكن من حل أى مشكلة قد تكون متشابهة فى المستقبل. أما الفاشل فهو يقف أمام المشكلة ويرى انها نهاية الكون، بل انه يغوص فى المشكلة ولا

يرى فى حياته إلا هذه المشكلة، فتشل تفكير، بل وتمــرر حياتـــه ولا يستطيع حلها.

رابعاً:- الناجحون يرون حلاً فى كل مشكلة والفاشلون يرون مشكلة فى كل حل:- ومما سبق نجد ان الناجح يرى حل لكل مــشكلة، امـــا الفاشل كلما يتوصل إلى حل أو يشير إليه أحد بحل يجد فى هذا الحـــل مشكلة، كما نجده متردد دائماً فى اختيار الحلول وأخذ القرار.

خامساً:- الناجحون يقولون ان الحل صعب ولكنه بكل تأكيـــد ممكـــن ومتاح والفاشلون يقولون ان الحل ممكن ولكنه صعب جداً:- أى ان الناجح يرى ان أى مشكلة مهما كانت صعبة فإنـــه أكيـــد لهـــا حـــل، والفاشل يرى فى اى مشكلة مهما كانت أنها صعبة الحل وذلك لانـــه يغوص فى المشكلة ويعيش فيها وفى حدودها.

سادساً:- الناجحون يعتبرون أن النجاح التزاما والفاشلون يعتبـــرون انه عملاً بطولياً:- فالناجح تعود على النجاح ويرى ان عليه ان يحقق مزيد من النجاح لانه شئ عادى وواجب عليه فهو تعود على عظـــائم الأمور، أما الفاشل فإنه يرى فى أى خطوة مهما كانت يرى انها عملاً بطولياً حتى وإن كان هذا العمل واجباً.

سابعاً:- الناجحون لديهم أحلاماً يسعون لتحقيقها أما الفاشلون لديهم أوهاماً يريدون ان يبددوها:- فالناجح يسعى إلى تطبيق أحلامه إلـــى واقع ملموس ويسعى لإيجاد السبل التى تحقق هذه الأحلام، مؤمناً انـــه

يحمل فى داخله من القدرة ما يكفى لتحقيق هذه الأحلام. أما الفاشل فإنه يعيش فى الأحلام ويرى ان حياته كلها عبارة عن حلم لا يفكر في كيفية تحقيقه كما إنه يكتفي بمجرد التفكير فيها، فهذا التفكير هو كل حياته.

ثامناً:- الناجحون لا تنتهي أفكارهم والفاشل لا تخلص أعذاره:- فالناجح عنده من الأفكار والأحلام ما لا تنتهى ويسعى لتحقيقها، أما الفاشل لا تنتهى أعذاره لأنه يسير ومعه الشماعة التى يعلق عليها عناصر فشل ومقومات عجزه.

تاسعاً:- الناجحون يرون فى العمل أملاً ولذة والفاشل يرى فى العمل ألماً ومشقة:- فالناجح يجد فى عمله متعة وملذة، بل انه يجد فى نجاحه حياة بما فيها من متع وملذات، بل انه يجد فى عمله وجوداً له. أما الفاشل يجد فى عمله تعب ومشقة وان عمله هذا يشغله عن الكثير والكثير من متع الحياة والهو مع الأصدقاء والخلود إلى الراحة، فراحة الفاشل فى الكسل والخمول والخلود للنوم، أما راحة الناجح فهى فى العمل وتحقيق مزيد من النجاح وحسب.

عاشراً:- الناجحون ينتظرون المستقبل ويتطلعون لما هو ممكن والفاشل ينظر للماضى ويتطلع لما هو محال:- اتفقنا ان الناجح لديه أحلاماً لذلك فإنه ينتظر المستقبل الذى يسعى هو لتشكيله كما يريد هو لان المستقبل هو مجال تحقيق مزيد من الذات، فالناجح يؤمن ان غداً

سيكون أفضل بإرادة الله وبتوفيقه وبمجهودى. أما الفاشـــل المــستقبل غامض لإنه فارغ لم يعد له شئ فهو إن حقق شئ من النجــاح فإنـــه يعيش فيه وعليه، فهو يؤمن بالمثل السلبى القائل (**مطرح ما تحط دق لها**) فهو يعيش كالريشة فى مهب الريح تقذف بها اينما تريد.

أحد عشر:- الناجحون يناقشون بقوة ولكن بأسلوب مهذب وبأخلاق ويتمسكون بالقيم أما الفاشلون يتشبثون بالصغائر ويتنـــازلون عـــن القيم:- فالناجح يناقش بقوة لانه لديه الحجة والدليل والبرهـــان علـــى قوته وصدق عزيمته، وهذه القوة لا تلغى تمسكه بـــالقيم ولا تجعلـــه ينجرف بعيد عن الأخلاق والقيم، أما الفاشل نجده يتمسك بالـــصغائر فهى عنده كبائر وعظائم، كما نجده يتخلى عن القيم وعن المبادئ لأى منفعة مهما كانت تفاهتها.

إثنتى عشر:- الناجحون يساعدون الآخرين والفاشل يتوقع المساعدة من الآخرين:- فالناجح يؤمن ان سر نجاحه يكمن داخله فقط وانه هو الوحيد الذى بيده النجاح وعدم النجاح، بل انه يجد متعة فى مـــساعدة الآخرين ويرى ان مساعدته للآخرين ترسخ نجاحه، أما الفاشل دائمـــاً يحتاج لمن يساعده على السير، فهو ينتظر من يحرر قيـــود فـــشله و يدفعه لطريق النجاح ويدعم له قدراته...!!!!

وبعد ان علمت بعض السمات المشتركة بين الناجحون، وكذلك الفرق بين الناجح والفاشل، عليك ان تعلم ان البعض(٥) قد أشـــاروا إلـــى أن مكونات الشخصية الطبيعية أربعة مكونات احرص على ان تحدد مـــن

أنت منهم ؟ وان تجمع داخلك أجمل ما فيها، وحاول ان تتشرب سمات وخصال الناجحون لتكون سمات أصيلة فيك وتكون من خصائـــصك، وهذه المكونات هى:ـــ

الزاوية الأولى: من أين تستمد طاقتك و حيويتك ؟ هل من تفاعلك مع الآخرين أم من تفاعلك مع نفسك من الداخل ؟

المنفتح (E): Extroverted

المتحفظ (I): Introverted

الزاوية الثانية: كيف تنتبه للأشـــياء مـــن حولـــك ؟ وكيـــف تجمـــع المعلومات من العالم الخارجي ؟

الحسي (S): Sensor

الحدسي (N): Intuitive

الزاوية الثالثة: كيف تـــأخذ القرار ؟

المفكر (T): Thinker

الوجداني (F): Feeler

الزاوية الرابعة: كيف تنظم العالم من حولك ؟

الحاسم (J): Judger

التلقائي (P): Perceiver

المكون الأول:-

من أين تستمد طاقتك و حيويتك، هل من تفاعلك مع الآخرين أم من تفاعلك مع نفسك من الداخل ؟

المنبسط (E): Extroverted

تميل إلى أن تتكلم أولا ثم تفكر بما قلته فيما بعد، وكذلك أنت لا تعرف ما تود قوله إلا بعد أن تسمع نفسك وأنت تقول هذا الكلام.

تميل إلى معرف الكثير من الناس وتعتبر الكثير منهم من أصدقائك والمقربين، وأنت كذلك تفضل إن يشترك الكثير من الناس معك في النشاطات و المناسبات، فالوحدة تعتبر متعبة ومنهمكة لك للغاية.

تستطيع أن تعمل أكثر من عمل في وقت واحد، فقد لا تمانع أن تقرا كتاب أو تتحدث مع آخرين أثناء مشاهدتك للتلفاز أو استماعك للمذياع ولا تعتبر ذلك تشويشا عليك.

من السهل التعامل معك والوصول إليك سواء مع الصديق أو الغريب، ومع ذلك تكون أنت المسيطر أثناء الحديث بينكما بحيث أنت تتحدث معظم الوقت.

تجد أن تلقيك للمكالمات الهاتفية أثناء الحديث أو في عملك من الأمور التي لا تجد حرجا أو صعوبة في التعامل معها، بل وتفضلها أحيانا،

وإذا أردت أن تخبر أحدا بشيء معين فأنت لا تترد في رفع السماعة الهاتف والتحدث إليه مباشرة.

أنت تفضل الذهاب على الحفلات و اللقاءات وتجد متعة في التحدث إلى الكثير من الناس و لا تحصر نفسك ضمن دائرة الذين تعرفهم بالفعل، بل لا تجد صعوبة في التحدث إلى جميع الناس سواء كنت تعرفهم أم لا.

تجد أن الاستماع إلى الآخرين أصعب بكثير من الحديث معهم ولذلك تشعر بالملل والتوتر إذا كنت ضمن مجموعة معينة ولم تستطع المشاركة معهم في الحديث.

تحتاج التأكيد والدعم من أصحابك بخصوص ما تقوله أو تفعله أو بخصوص هيئتك الخارجية حتى تسمع ذلك من الآخرين.

سلوك المتحفظ المنكفئ (I): Introverted

تميل إلى مراجع الأشياء التي تود قولها، وترغب أن يقوم الآخرين بنفس الفعل، وإذا وجهه إليك احد سؤال معين فأنت تقول احتاج إلى أن أفكر في سؤالك هذه قبل أن أعطيك الجواب عليه أو سوف أرد لك الجواب بعد قليل.

تفضل أن تقضي وقتاً مع نفسك بهدوء وبسكينة وبدون إزعاج.

ترى نفسك أنك مستمع جيد وهذا هو انطباع الناس عنك وقد يستغل الآخرون فيك هذه الميزة قد يراك الناس على انك خجول، بل أن بعضهم قد يراك كتوم، وترد الكلام على الناس بدلا من تبتدئ الحوار معهم.

تشعر بالامتعاض من الناس الذين يتكلمون عنك ويقولون ما تود أن تقوله قبل أن تقوله أي يكملوا كلامك ويتكلموا بلسانك ويقولون ما تود قوله بدلا عنك.

تفضل أن تصرح بأفكارك وبكلامك بدون مقاطعه من احد.

قد تتضايق عندما يمدحك بعض الناس بل يمكن أن تشك في الآخرون و إذا أفرطوا في مدحهم لك وثناء هم عليك.

المكون الثاني:-

كيف تنتبه للأشياء من حولك، و كيف تجمع المعلومات من العالم الخارجي ؟

السلوك الحسي (S): Sensor

تفضل الإجابات المحددة عن أسئلتك المحددة، فعندما تسال عن الوقت مثلا فأنت تفضل إجابة مثل السابعة وأربعة عشر دقيقة، وتتضايق من إجابة مثل بعد السابعة بقليل أو لم يبق إلا قليل من الوقت لموعد الاجتماع.

تفكر أن تركز تفكيرك على ما تقوم به الآن.

ترى انه من الضروري الحصول على نتائج ملموسة في عملك.

تؤمن بالقاعدة التي تقول: إذا لم تكن الأشياء معطلة أو مكسورة فــلا تحاول إصلاحها بل انك قد تستغرب كثيرا لمحاولة بعض النـــاس أن يقوما بتطوير الأشياء التي تعمل بكفاءة.

تفضل أن تتعامل مع الحقائق والأرقام أكثر من الأفكار والنظريـــات، وكذلك أنت تفضل أن يعرض الآخرين كلامهم بطريقة مرتبة بدلا من الكلام العشوائي غير المنظم.

تعتقد أن الخيال كلمة غير واقعية وليست عملية، وقد تستغرب كثيــرا كيف أن بعض الناس يقضون وقتا طويلا في الخيال أو أحلام اليقظـــة بدلا من التعامل مع الواقع اليومي.

تفضل أن تقرا الكتاب من أول كلمة في الصفحة الأولى حتـــى آخـــر كلمة وبطريقة مرتبة، بل انك قد تستغرب من أسلوب بعض الناس في القراءة عندما يمسك الكتاب ويقرا ما يحلو له وبدون ترتيب.

أنت واضح جدا في استخدامك للكلام فأنت تقول ما تقصده بالضبط.

أنت تفضل أن ترى تفاصيل الأشياء بدلا من الصورة العامة للأمور.

أنت تؤمن بالقول أنا اصدق ما أراه بعيني فلو قال لك أحد ما أنه يوجد فيل في الخارج فلن تصدقه حتى تراه بعينك أو تلمسه بيديك.

السلوك الحدسي (N): Intuitive

تميل إلى أن تفكر في عدة أشياء في الوقت نفسه، بل انه غالبا ما يتهمك أصحابك بأنك شارد الذهن ولا تنتبه للأشياء من حولك.

تجد أن المستقبل أو التعامل مع الاحتمالات والبدائل يثير فيك الاهتمام والحماس أكثر من كونه مثيرا للقلق، فأنت تتحمس كثيراً للتفكير في المستقبل أكثر من التفكير الحالي للأمور.

تجد أن كثرة التفاصيل مملة وزيادة في الكلام لا داعي له.

تجد أن الوقت نسبي وليس من الضروري الالتزام به بمنتهى الدقة.

تفضل أن تفكر وتتأمل في طبيعة عمل الأشياء فقط، ومعاني الأمور لان هذا الأمر ممتع بالنسبة لك.

تجد نفسك مهتما بالبحث في ارتباط الأمور ببعضها البعض وخطوط الاتصال والعلاقات بينها بدلا من التعامل مع الوجه الظاهري للحقائق وتجد نفسك تسأل نفسك دائما ماذا يعني هذا الشيء؟.

تميل إلى أن تعطي إجابات عامة لغالبية الأسئلة وتتعجب أحيانا من أن بعض الناس يجدون صعوبة في الالتزام بإرشاداتك التي أعطيتها لهم وقد تستغرب إذا طلب منك الآخرون أن تكون أكثر تحديدا أو أن تقول ما تقصده بالضبط وحرفيا وبالتفاصيل الدقيقة.

المكون الثالث:-

كيف تتخذ القرار ؟

سلوك المفكر (T): Thinker

تميل إلى أن تكون هادئ وثابت في وجه الانتقادات أو الهجوم عليك ولديك المقدرة على الالتزام بالموضوعية والإنصاف في نفس الوقت الذي يشعر الآخرون فيه بالضيق.

تميل إلى أن تناقش الخلاف مع الآخرين بإنصاف وموضوعية وتبحث عن الحقيقة والعدل بدلا من أن تقول ما يرضي الآخرين أو يسعدهم.

تفضل أن توضح حقيقة الأشياء أو أن تثبت صحة وجهة نظرك بل انك أحيانا قد تناقش كل أطراف الموضوع، وذلك حبا في إثراء النقاش وتوسيع مجال طرح الأفكار ووجهات النظر.

تميل إلى أن تكون حازما وصارما أكثر من ميلك لأن تكون طيب القلب أو مجاملاً، فلو اختلفت مع شخص معين فأنت تفضل أن تخبره برأيك بصراحة بدلا من أن تلتزم الصمت أو تترك له أن يعتقد ما يشاء.

تفتخر بأنك شخص منطقي وعقلاني وموضوعي بالرغم من أن بعض الناس يعتقدون أنك بارد الإحساس وبليد المشاعر ولا تهتم بالآخرين.

لديك المقدرة على اتخاذ قرارات صعبة، بل أنك قد تستغرب من أن بعض الناس قد يتضايقون من أمور عاطفية لا علاقة لها بالموضوع نفسه ولا ينظرون لها نظرة منطقية عقلانية.

تفضل أن تكون على صواب أكثر من أن تكون محبوبا من الاخرين، وقد ترى أن حب الناس لك أمرا ضروريا للتعامل معهم خصوصا إذا كنت تؤدي عملك بصورة صحيحة. و تهتم أكثر بالأشياء المنطقية أو العقلانية أو العملية منها، وتضع لها وزنا كبيرا، بل إنك تميل إلى أن تكون ناقدا للأمور حتى تتوفر لديك حقائق كافيه ترضي بها عقلك وفكرك. كما تميل إلى تذكر الأرقام والحقائق أكثر من الأسماء والوجوه.

سلوك الوجداني (F): **Feeler**

تعتقد أن القرار السليم هو الذي يأخذ بعين الاعتبار حاجة الناس ومشاعرهم ويبنى على المبادئ والقيم الإنسانية. كما تعتقد أن الحب لا يمكن تفسيره وتشعر بالغضب ممن يحاول أن يعطي له معاني وتفسيرات منطقية. و قد تتعب نفسك وجسمك في محاولة إرضاء الآخرين وإسعادهم بل قد تحاول فعل أي شيء لإرضائهم حتى على حساب نفسك أو صحتك أو راحتك، و تميل إلى أن تضع نفسك في مكان الآخرين وتشعر شعورهم كمحاولة منك للإحساس بمعاناتهم

وإحساسهم، بل انك تستمع بأن تؤدي خدمات للآخرين حتى وإن كنت تعرف أن الآخرين يستغلون فيك هذه الخصلة الطيبة.

تجد نفسك أحيانا تسأل هل هنالك من يهتم بأمري أو بما أريـــده ؟ أو تقول أنا أهتم بالناس ولكن لا أحد يهتم بي، بل إنه قد تجد من الصعب علي أن تقول هذا الأمر لأحد من الناس رغم حاجتك الشديدة له. بل قد لا تتردد في الرجوع عن كلامك الذي قلته إذا وجدته يحـــرج شـــعور الآخرين أو يضايقهم. كما تفضل الانسجام والتناسق مع الآخرين بدلا من عكس وجهة نظرك بقوة وبصرامة، ولذلك فقد تشعر بالإحراج إذا كان الموقف متأزما أو الخلاف شديدا خصوصا في الوسط العائلي أو وسط أصحابك، وعلى هذا الأساس فقد تغير كلامك لكي ترضي جميع الأطراف بدماثة أخلاقك وطيبة قلبك وسلوكك.

قد يتهمك الآخرون بأنك غالبا ما تأخـــذ الأمـــور بطريقـــة شخـــصية وعاطفية بدون النظر إلى الجوانب المنطقيـــة والعقلانيـــة للموضـــوع نفسه.

المكون الرابع:-

كيف تنظم العالم من حولك ؟

سلوك الحاسم (J.): Judger.

ترى نفسك أنك تنتظر الآخرين لأنهم يتأخرون في الالتزام بمواعيدهم معك. تعتقد اعتقادا جازماً أنه لو قام كل شخص بما يجب عليه فعلـــه،

حتى وإن كان من المفروض أن يقوم بذلك فلسوف يكون العالم عالما أفضل بكثير. كما انك تعرف تماما طبيعة كل يوم تستيقظ فيه لأنك قد أعددت جدول أعمالك مسبقا، ولذلك فأنت تلتزم بما خططت لنفسك في هذا اليوم، وتجد نفسك في غاية الضيق إذا لم تجـري الأمـور كمـا أعددت لها سلفا. كما لا تفضل المفاجآت في آخر لحظة، بل وقد تخبر الآخرين بذلك لأنها قد تربك جدولك اليومي الذي تحرص على الالتزام به بكل دقة، و تحتفظ بقائمة الأعمال المطلوب منك إنجازها وتستخدم هذه القائمة وإذا أردت أن تعمل شيأ ما غير موجود في هـذه القائمـة فأنت تضيفه لها حتى تستطيع أن تشطبه لاحقا، لأنك لا تستطيع العيش في عالم الفوضى، بل أنك حريص جدا على الترتيـب والنظـام فـي حياتك.

لذلك قد يتهمك الاخرون بأنك تفتقد إلى المرونة.

سلوك التلقائي (P): **Perceiver**

من السهولة تشتيت انتباهك بل إنك قد يشرد ذهنك وأنت خارج مـن بيتك بحيث لا تنتبه لما يدور حولك من أمور.

تفضل أن تكتشف المجهول حتى وإن كان الأمر بسيطا مثل اكتـشاف طريق جديد للذهاب إلى العمل، ولا تفضل أن تخطط للأعمال بطريقة مسبقة، بل تنتظر أن تكتشف ما تحتاج لإنجاز هذا الأمر، ولذلك فقـد يتهمك الآخرون بأنك قليل الترتيب أو التنظـيم ولا يمكـن الاعتمـاد عليك.

من الأمور التي تدفعك لإنجاز عملك بمنتهى السرعة هو إحساسك بأن الوقت بدأ ينفذ بسرعة وخصوصا في اللحظات الأخيرة من الموعد النهائي للانتهاء من العمل، فعلى الرغم من أنك قد قمت بتحديد ذلك الموعد النهائي للانتهاء من العمل مسبقا، إلا أن الجميع يشعر بالتوتر والضيق لعدم التزامك بأداء العمل حسب الخطة الموضوعة لذلك بل تنتظر اللحظات الأخيرة لإنجاز كل شيء بسرعة. و تفضل أن تترك الأمور تسير على هواها، ولذلك فإنك لا تلتفت كثيرا إلا بترتيب مظهرك الخارجي بدقة ورغم أنك قد تفضل أن تكون الأشياء مرتبة، فإن المهم بالنسبة لك هو الإبداع والابتكار والتلقائية والتفاعل مع الأشياء بدلا من السيطرة عليها.

تميل إلى اللهو واللعب والمرح في أدائك لأي عمل، فسرعان ما يتحول العمل الجاد إلى مرح ومزاح لذالك يكون جو العمل جو أنس ومرح أثناء بذل الجهد لإنجاز عملك.

قد تميل إلى التغيير موضوع الحديث مراراً وتكراراً والموضوع الجديد قد يكون أي شيء خطر ببالك في تلك اللحظة، و تفضل عدم تقييد حريتك والالتزام بخطة ما بمنتهى الدقة، بل تفضل أن تكون اختياراتك مفتوحة لأي احتمال أو أمر طارئ قد لا يكون في الحسبان.

تميل إلى عدم حسم الأمور من وقت لاخر.

عرض مختصر لكل الشخصيات

ملح الأرض

جاد، هادي، يحقق النجاح في حياته عن طريق التركيز الشديد والدقة المتناهية في العمل.

عملي منظم للغاية، يفضل التعامل مع الحقائق المادية، واقعي، يمكن الاعتماد عليه.

يفضل أن ينظم جميع الأمور من حوله، يتحمل المسؤولية، ويقرر بنفسه ما يراه مناسبا للعمل، ومن ثم يقوم بتنفيذ ما قرره داخل نفسه بثبات بغض النظر عن احتجاجات الاخرين.

أستاذ فن تحمل المسئولية وأداء الواجب

هادى، ودود، صاحب ضمير حي ويشعر بالمسئولية. يعمل بإخلاص لتنفيذ إلتزاماته.

يعتبر عنصر ثابت في أي مؤسسة أو مشروع يعمل به، دقيق ومتمكن ويتحمل الألم والضغط

اهتماماته في العادة ليست فنيه، ولديه صبر لتحمل التفاصيل الدقيقة للأمور.

صاحب ولاء ويقدر الظروف، مدرك للأمور ويهتم بشعور الآخرين.

الحكيم

يحقق النجاح عن طريق الإصرار والثبات على المبدأ، أصلي (لا يقلد غيره).

لديه رغبة كبيرة في عمل ما ينبغي عمله أو يمكن أن نحتاج إليه.

يضع أفضل ما في طاقته في العمل، قوي للغاية وصاحب ضمير حي ويهتم بالآخرين.

يحترم الناس لصلابة التزامه بالمبادئ، ويحترمه الآخرون ويتبعونه لوضح الرؤية لديه وهي تقديم أفضل خدمة للناس جميعا.

سيد نفسه، أستاذ فن التفكير

صاحب تفكير أصلي (لا يقلد غيره) ورغبة متجددة تجاه أفكاره ودوافعه الداخلية.

لديه نظرة بعيدة المدى، كما إن لديه القدرة السريعة على فهم ارتباطات الأمور وتشابكها في العالم الخارجي.

في المجال الذي يفضلونه ترى لديهم قوة دقيقة لتنظيم العمل والأداء بطريقة دقيقة بتمكن.

ناقد بطبعه، ويشك ويتساءل، ومستقل بذاته وذو عزيمة قوية.

لدية مستوى عال من القدرة والكفاءة.

الأسد في براثنه

هادئ، يتفرج على الأحداث من حوله ببرود، محافظ.

يراقب الأوضاع والأحداث من حوله ويحلل الوقائع بفضول.

محايد وترى عليهم أحيانا لمحات من المرح الأصلي غير متوقعة.

يهتم أساسا بالسبب والنتيجة، كيف ولماذا الأشياء اليدوية. وكذلك في تنظيم الحقائق عن طريق استخدام المبادئ المنطقية.

ممتاز جدا في استنباط أصل المشكلة عملية، ومن ثم إيجاد الحلول لها.

الروح الوديعة

خجول، ودود للغاية، حساس، لطيف المعشر، متواضع بخصوص قدراته. يتجنب الخلاف، ولا يفرض مبادئه أو آرائه على الآخرين.

لا يهتم أن يكون في محل القيادة ولكنه تابع مخلص.

يقوم بإنجاز الأعمال بهدوء وتروي وذلك لأنه يستمتع باللحظة الحالية ولا يرغب أن يفسد هذه المتعة باستعجال أو استنزاف للطاقات لا داع له.

المثالي، سبيكة ذهب

يراقب الأوضاع من حوله بهدوء، مثالي للغاية، صاحب ولاء.

يرغب أن تكون حياته الخارجية متوافقة مع ما في داخله من أفكار وقيم.

فضولي، سريع في الوصول إلى الاحتمالات، ويعمل دائما كعنصر مساعد في تنفيذ الأفكار متكيف، مرن ويقبل ما هو موجود إلا إذا تعرضت مبادئه للخدش.

يرغب في فهم الناس والوسائل لتحقيق قدرات الناس وقدراتهم وطاقتهم.

ليس لديه اهتمام للسيطرة على الآخرين أو للوضع من حوله.

العبقري

هادئ، محافظ، يستمتع بملاحقة النظريات أو الحقائق العملية.

يفضل حل المشاكل عن طريق التفكير المنطقي وتحليل الأمور.

يهتم أساسا بالأفكار والتفكير فيها مع رغبة قليلة للمنتديات أو اللقاءات مع الآخرين، ولديه اهتمامات واضحة وجلية.

و يفضل الوظيفة التي تستخدم مواهبه الفطرية واهتماماته بحيث يستفاد منها.

الفاعل

لديه مهارة في التعامل مع المشكلة في مكان ووقت حـدوثها، يفـضل الإثارة والحركة ويستمتع بمـا هـو آت، يفـضل الأشـياء اليدويـة والرياضية.

متكيف، ذو قدرة على التحمل، واقعي، عملي، ويركز علـى تحقيـق النتائج، يكره الإسهاب في الشرح.

مهارته تكمن في التعامل مع الأشياء المادية الحقيقة التي يمكن التعامل معها أو تناولها أو تركيبها أو تفكيكها.

الجوكر، عاشق الحياة السعيدة

يتقبل الأوضاع، منسحب، ودود، يستمتع بكل شيء يمكن أن يتـسبب بالمرح والسرور للآخرين.

يفضل العمل و الإثارة وأن يحقق الإنجازات.

يعرف بما سوف يحدث ويشارك فيه بشغف.

يجد تذكر الحقائق أسهل بكثير من التحكم بالنظريات.

مها ته تكمن في الأوضاع التي تتطلب البديهة والقدرة العملية للتعامل مع الناس.

طبيب القلوب

حماسي للغاية، وصاحب مشاعر دافئة وذو روح عالية، عبقري وصاحب خيال واسع.

يستطيع أن يعمل أي شيء تقريبا شرط أن يحوز على اهتمامه.

سريع في الوصول إلى الحلول مع أي مشكلة أو معضلة، وعلى استعداد دائم لمساعدة أي شخص وفي أي وقت.

يتكل أساسا على قدرته وارتجاله للموضوع بدلا من التحضير مسبقا.

يجد أسبابا قاهرة ومقنعة لأي شيء يقوم بعمله.

أستاذ فن الحوار والخاطبة

سريع، عبقري ولديه مهارات كثيرة.

يستمع بوجوده مع الآخرين، لماح، ذكي وذو طلاقة في الحديث.

قد يناقش بقصد المتعة فقط، سواء أكان مؤيد أم معارض.

واسع الحيلة في حل المشاكل الجديدة أو الصعبة ولكنه قد يتجاهل الأمور الروتينية.

لدية غرام في التحول من أمر مثير إلى أخر وهكذا.

لديه مهارة كبيرة في إيجاد أسباب منطقية فيما يقوم به من أعمال.

المدير الإداري

عملي، واقعي، يتعامل مع الحقائق المادية مع ميـل فطـري طبيعـي للقيادة في مجال الأعمال أو الميكانيكا.

لديه اهتمام قليل بالنظريات ويفضل تعلم المهارات التي يمكن تطبيقها فورا.

يفضل تنظيم الأمور وإدارة النشاطات.

لديه مهارة كبيرة في إدارة العمل. صارم، حازم وحاسم فـي اتخـاذه القرار.

يتحرك بسرعة لتطبيق القرارات ويهتم بالتفاصيل الروتينية.

أستاذ فن الضمير الحي

صاحب قلب دافئ المشاعر، متكلم، شعبي وصاحب ضمير حي.

طبيعته وفطرته أن يساعد الناس، **ويعتبر عنـصر فعـال ضـمن** أي مجموعة أو لجنة.

يحتاج إلى التناسق والانسجام ولديه مهارة أيضا في صنعهما.

دائما ما تراه مشغولا بعمل الخير للناس.

يعمل بشكل أفضل إذا قام الآخرون بتشجيعه وتقديره لجهوده.

اهتمامه الأساسي بالأشياء التي تؤثر إيجابيا على حياة الناس.

أمير الناس

سريع الاستجابة ويمكن الاعتماد عليه، ويشعر باهتمام حقيقي لما يفكر به الآخرون أو يريدونه، ويحاول أن يتعامل مع الأشياء آخذا بعين الاعتبار مشاعر الآخرين.

يستطيع أن يتقدم بمشروع أو يقود مجموعة أثناء النقاش بسهولة واقتدار.

اجتماعي، شعبي، عاطفي.

سريع الاستجابة للثناء وللنقد أيضا.

يفضل أن يسهل الأمور على الآخرين وأن يساعدهم للوصول إلى قدراتهم وتحقيق ذاتهم.

المدير التنفيذي

صريح، حاسم، قيادي بطبعه في النشاطات.

يصمم ويقوم بتنفيذ نظام مسهب وشامل لحل مشاكل المنظمات والمؤسسات.

لديه مهارة كبيرة في أي عمل يتطلب التفكير والتحليل المنطقي حتى في مخاطبة الجماهير

لديه اطلاع واسع للأمور ويستمتع بإضافة معلومات جديدة إلى خبرته السابقة.

الدعوة الرابعة

تهيئة النفس للإنطلاق

هناك بعض الجوانب التى نرى انها تمهد الطريق او يجب أن توضع فى الاعتبار عند السعى والتخطيط للنجاح، وهى بالطبع تيسر وتسهل حدوث ما بعدها وهى:-

أولاً:- الاعتماد والتوكل على الله:- قبل ان تبدأ بعمل مـا عليـك ان تتوكل على الله حيث قال سبحانه وتعالى (فلا تقولاً لشئ أنى فاعـل ذلك غداً إلا ان يشاء الله) فاعلم انك إذا بدأت عملك مستعين بالله فإنك تكون فى معيه الله ومزوداً بمدد من عند الله، هذا خلاف الراحة النفسية التى تشعر بها، وهذا مصداقاً لقوله تعـالى (ألا بـذكر الله تطمـئن القلوب)، بل و الأكثر من ذلك انك إذا وهبت عملك لله فإنك تأخذ عليه ثواب حتى الطعام الذى تتناوله. بل إنك مأمور بان تسير فى معيه الله، فقد قال الله سبحانه وتعالى:﴿ قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لله رَبِّ الْعَالَمِينَ لا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ ﴾ [الأنعام: ١٦٢، ١٦٣]

ثانياً: الإعداد والتهيئة النفسية: إذا فكرت فى عمل شـئ مـا فقـد تصاب ببعض التردد والخوف، هنا يكون عليك ان تقوم ببعض الأشـياء وهى:-

١-عليك ان تؤمن بأن بالمبدأ القائل (**الفعل يبدد الخوف**) لـذلك عليـك بالفعل بمجرد ان تحدد هدفك وأثناء فعلك هذا عليك أن تحدد سبب خوفك وان تبدأ بالعمل، فإنك ستجد ان خوفك هذا يقل بالتـدريج.

٢- اشحن ذاكرتك بالأفكار الإيجابية الخلاقة وأفتخر بإيجابياتك مع

تجنب كل معاني الغرور، و سجّل إنجازاتك على صفحات عقلك وتفكر فيها عند مواطن الضعف وأمام التحديات. كأن تتخيل نفسك بعد ان تحقق هدفك بنجاح.

٣ ضع الموضوع أو الناس الذين تخشاهم في قدرهم الحقيقي عند سعيك لتحقيق أهدافك.

٤- افعل ما يدل على ثقتك بنفسك لتكتسب تدريجياً تفكير الإنسان الواثق.

ثالثاً: فكر بالنجاح واعمل كأنه يستحيل عليك الفشل:- وهنا حاول ان تقنع نفسك بأن النجاح خلق لك وحدك وان قاموسك يخلو تماماً مما يسمى بالفشل، و إعلان العصيان على الفشل وعليك ان تؤمن بأنك دائماً أفضل مما تظن فلا تستهن بقدراتك، وأن ضع في رأسك قاموس الناجحين وان تستخدم كلمات كبيرة مضيئة براقة هادفة مثمرة تثير حماسك وتجدد فيك الأمل، وتجنب الكلمات السلبية، وان تكون بعيد النظر ولا تكتف برؤية ما تحت قدميك وان تجعل لعملك قيمة، فأعمل بجد لتحقيق خطوات أفضل على طريق العمل، وإبداء في العمل بجد وحب و اهتمام، فالعمل بجد وحب واهتمام كفيل بأن يجعل النجاح أقرب إليك من الفشل وقديماً قالوا إن (**لم تعمل ما تحب فحب ما تعمل**). واعلم انه كما أن لك حق التنفس، وحق الارتواء، وحق الملبس والمسكن، فإن لك الحق ان يكون لك دور في الحياة يتناسب مع إنسانيتك، وإصرارك على أداء

هذا الدور هو الذي يجعلك قادراً على تحقيقه، واعلم ان النجاح لا يـأتى بالصدفة أو بالحظ وإنما لابد من العمل والجهد و الاستمرار فى بذل هذا الجهد

رابعاً: اقتدى بالناجحين:- وهنا حاول ان تسير على خطى النـاجحين وهذا يأتى من النظر إلى الكيفية التى يعملون بها، وحاول ان تـضيف وان يكون لك أسلوب وبصمة خاصة لك، فلو أن كل جيـل جديـد لا يتعلم من الذي سبقه لكان علينا دائماً أن نعيد تجارب القرون الأولى. واعلم ان نجاحك ولو بقدر بسيط هو القطرة التى تسبق الغيث فـأول السيل قطرة ثم ينهمر، فإن من ينجح مع شخص ينجح مع غيره، وان من ينجح في مكان ينجح في كل مكان. ويجب ان تكون مستمعاً جيداً حتى تستخلص أفضل ما لدى الآخرين من خبرة، وكن على علم بأن هـذا التقليـد إقتداء وليس تقليداً أعمى.

خامساً: ابدأ بالممكن، يستسلم لك المستحيل:- قد تقول لنفـسك بـان هناك شئ ما يصعب عليك ولكن هناك ألف شئ آخر يـسهل عليـك عمله. وعليك ان تبداء مشوار النجاح بثقة فالخطوة الأولى في قطـع طريق طويل لا تختلف عن الخطوة الأخيرة إلا في أن صاحبها يكون في البداية على شك من أمره، بينما يكون على يقين منها في النهايـة، لذلك عليك ان تنزع من صدرك كل خوف وان تتسلح بالثقة بـالنفس والإيمان بالله. وان لم تستطع ان تقنع نفسك بانه لا يوجـد مـستحيل

فعليك ان تقنعها بان قائمة الممكنات بلا حدود أما قائمة المستحيلات فإن وجدت فهى محدودة

سادساً: اجعل من نفسك قدوة للآخرين:- فبمجرد تحقيقك قدر من النجاح ويشعر به الآخرين فإنهم ينظرون لك نظرة مختلفة هذه النظرة تضعك فى صفوف الأوائل، وعليك ان تستثمر هذا النجاح فى تنمية قدرتك على أن تحمل الناس على عمل ما تريده منهم لتنمية نجاحك وذلك من خلال شعورك بأهمية عملك فإن هذا الشعور يعطيك أهمية تجاه نفسك ويحفزك على أداء الأفضل كذلك ينتقل هذا الشعور بالأهمية للآخرين و بالتالى قد يسعدونك فى نجاحك. وعليك ان تظهر دائماً بمظهر الشخص المهم ليدل مظهرك بشكل إيجابي عمن أنت.

سابعاً: انشد النجاح الطويل الأمد:- عليك ان تضع لنفسك أهداف طويلة المدى يمكن تحقيقها مرحلياً بمعنى ان يكون لك هدف عام يمكنك تحقيقه من خلال مجموعة من الأهداف الفرعية. وأثناء ذلك امنح نفسك يومياً حوافز علي النجاح وأشعر أنك علـى القمة حتى تستطيع الوصول إليها، حتى وعلى أسواء الظروف ان لم يمكن تجزئه هذا الهدف، فأصبر على هدفك واعمل بجد وحزم لتحقيقه، وقديما قالوا (لا تنظر أسفل قدميك) وفى النهاية عليك ان تسأل نفسك دائماً هل هكذا يفكر الرجل الناجح ؟

ثامناً: واجه ضغوط العمل بالحكمة:- اعلم ان كل ضغط جديد يحمل لك فرصة جديدة لنجاح والتطوير، ولكن عليك ان تكون يقظا لتأثير

البيئة على عقلك، و لا تدع القوى المحبطة تثنيك عن الإنجاز و لا تستمع لأقوال من قال: لن تستطيع عمل هذا.. انك إنسان حالم.. ان هذا مستحيل أو صعب تحقيه، وعليك دائماً أخذ النصيحة دائماً من الناجحين، و ابحث عن أصدقاء جدد وعلاقات إيجابية تحفزك على النجاح. وعليك ان تتجنب قدر المستطاع المحادثات السلبية ولا تتحدث عن الآخرين إلا بالإيجاب

تاسعاً: لا تتوقع المعجزات:- فإن ما يحقق المعجزات هو ذلك الأمل وتلك الإرادة التي تدفعك إلى الاستمرار في العمل حتى يتحقق لك النجاح، وبذلك فإن المعجزات تحيط بنا في كل جوانب الحياة. كل الفرص تمر على الجميع بالتساوي، فيهملها الفاشلون، ويستغلها الناجحون بما لديهم من قدره على تحويل المعجزات إلى واقع ملموس، فالإرادة والأمل والرغبة فى استمرار النجاح، هذا كله يجعلك تسعى إلى إيجاد الحل الآخر وابتكار طريقة جديدة للوصول للهدف عندما تخفق الطرق المستخدمة، وعليك ان تجرب ما لم يجربه غيرك، ولك امتياز ما تصل إليه من النتائج، وعليك استخدام الطاقة المخزونة لدي الجميع ولكن بأسلوب الناجحون الذين يسخرون هذه الطاقة لاكتشاف طاقات جديدة. هذه هى الخلطة السرية التى تحول المعجزات إلى حقيقة ملموسة.

عاشراً: كن مرناً:- المرونة هي القدرة على التكيف مع الظروف الخارجية، هى القدرة على تجربة شيء أخر او طريقة أخرى عندما

تفشل الطريقة المستخدمة. الكثير من المرونة تعنى الكثير من التـــأقلم مما يزيد فرص النجاح، فعندما تخطط لعملـــك وتفكـــر فيـــه لا تـــدع الروتين أو المألوف يشل قدرة عقلك على التفكير كن مجربا لأشـــياء جديدة و تقدم في عملك، وعليك ان تسأل نفسك كل يوم كيف يمكننـــي أغير أداء عملي حتى أتمكن من تحقيق النتائج بصورة أفـــضل؟ بـــل عليك ان تسأل نفســــــــــك كيف يمكنني أداء المزيد ؟ ويجب عليك ان توسع مداركك حتى يكون عقلك في حالة تهيؤ دائم لأفكار جديـــدة. بمعنى ان تجعل عقلك كبيـــراً وتقبـــل بـــصدر رحـــب الاختلافـــات والمتناقضات بينك وبين الآخرين، ولا تلعب دور الناصح، وان توجـــه عقلك دائما لاستقبال الإشارات الموجبة لتتعامل مع الناس وفق أفكـــار إيجابية تدفعك للنجاح.

الحادى عشرَ: حاسب نفسك:- لابد لكل من يريد النجاح ان يقيم عمله كل يوم، أو كل أسبوع، أو كل شهر، أو كل عام وهو اضعف الإيمان فبدون ان نحاسب أنفسنا كيف نستطيع ان نكشف الخطأ والضعف فيما نقوم به ؟ وكيف نطور عملنا وننمى أنفسنا ؟. ويجب ان نـــضع فـــى الاعتبار ان المحاسبة لا تعني المحاكمة، ولذلك فهي ليست مـــن اجـــل إصدار إحكام إدانة أو براءة وإنما هي مـــن اجـــل تحـــسين العمـــل وتطويره. حاسب نفسك بتجرد، لتصل لما قد يعوق أو يحد من نجاحك و بالتالى لتمكن من تطوير ذاتك، فهذه المحاسبة هى عملية تقييم، فأنت

تقيم نشاطك وأسلوب حياتك فى ضوء أهدافك الشخصية والأولويات التى تسعى إليها، ويجب ان يكون هذا التقييم جزء من أسلوب حياتك.

الثانى عشر: اهتم بجودة العمل:- عندما تفكر بعمل ما فلا تماطل ولا تتعلل ولا تقل مالا تفعل وكن الشخص الذي يفعل. و لا تنتظر حتى تتحسن الظروف وتتحجج بها فإنك إذا انتظرت فستنتظر إلى الأبد، وفكر جيداً في اعتبارات و الصعوبات والمشكلات التي قد تعوقك عن مهمتك واعمل على حلها، ولا تكفي بالأفكار بل يجب أن تبدأ بتحويلها إلى واقع ملموس ولا تنتظر حتى تأتيك الفكرة الملهمة، وإنما حرك الإلهام بعقلك عن طريق الفعل، ويجب ان تكون مركز على الكيفية فى عملك أكثر من الكمية.

الثالث عشر: حول الهزيمة إلى نصر:- لكى تحول الهزيمة إلى نصر يجب عليك ان تدرس أخطاءك وتعلم منها لتمهد طريقك للنجاح، و لا تقل حظي سيئ أو تلقي بالخطأ علي الآخرين، وإنما واجه نفسك بشجاعة، وانتقد أفعالك وصحح الخطأ وعالج جوانب الضعف، و كن مثابرا في عملك وامزج المثابرة بالتجربة من نواح مختلفة ولا تتشبث باتجاه محدد في حل أي مشكلة، واجعل نفسك دائماً واثق من أن هناك حل وما من مشكلة استعصت علي الحل.وأخيراً حدد أهدافك وإلى أين تمضي ؟

الرابع عشر: تعلم ان تستفيد من الآخرين:- المشورة قوة عظمـــى، ولكن بشرط هام وضروري ألا وهو لاستكمال بناء الرأى وبعد التفكير فيها وأخذ ما يتفق وما يفيدك وان لا يكون رأى الآخرين هو المسيطر على رأيك ومشكل لحياتك، وهذا لا يعنى انك ترفض المـــشورة بـــل يجب ان تستفد منها دائماً، وقدمها للآخرين إذا طلبـــوا منـــك ذلـــك، واحصل عليها منهم كلما هممت بالقيام بأي عمل ويجـــب ان تكـــون مؤمناً بأن الاستعانة بعقول الآخرين، أهم ألف مـــرة مـــن الاســـتعانة بعضلاتهم. وقديماً قالوا ان العقل موزع بين البشر بالتـــساوي، ومـــن استطاع ان يأخذ من كل واحد منهم قسطاً صغيراً منه، يكن قد حصل على اكبر الحصص.

الدعــوة الخامســة

ممارســة النــجــاح

بمجرد أن تأخذ قرار بأن تكون ناجحاً وان تكون صادق مـع نفـسك ويكونِ هذا القرار صادقاً وجاداً، فإنك تكون مسئولاً وملتزماً بما يمكن ان يسمى بقانون الإلزام، فأنت تلزم نفسك بأن تكون ناجحاً، هذا لـو انك صادق فى قرارك وعندك العزم لتحقيق هذا القـرار، وإذا كنـت تريد حقاً ان تكون ناجحاً فيجب ان يكون لديك فهمـاً قـوى لـبعض الخطوات و المفاهيم التى قد توجه طاقاتك وتجعلـك ناجحـاً، وهـذه الخطوات متتالية ومترابطة، و هى:-

أولاً:- الثقة بالله عز وجـل:- يجب ان تكون واثقاً بان الله سـبحانه وتعالى لن يضيع عملك، بل لن يضيع ظنك المقترن بالعمـل، فعليـك العمل والاجتهاد فيه، وكن واثقاً من ان الله سبحانه لا يـضيع عملـك وجهدك هذا، فقد قال الله سبحانه وتعالى(ان الله لا يضيع اجـر مـن أحسن عملاً) وهذا يعنى إنك تعمل وتحسن العمل مع حسن الظن بالله، فقد قال سبحانه وتعالى (أنا عند حسن ظن عبدى بى) وصدق الشاعر حينما قال:-

توكل على الرحمن فى الأمر كله

ولا ترغبن فى العجز يوماً عن الطلب

ألم تر أن الله قال لمريم

وهزى إليك الجزع يساقط الرطب

ولو شاء أن تجنيه من غير هزه

جنته ولكن كل رزق له سبب **ثانياً:- الثقة بالنفس:-** إذا لم يكن لديك ثقة بالنفس فإنك لن تستطيع ان تعرض أفكارك و بالتالى فإنها سوف تدفن، و قد تتحول إلى مجرد أحلام يقظة وتشعر ان طموحاتك مستحيلة، و من ثم ستضيع الكثير من الفرص التى قد تجعلك ناجح. اذا أردت ان تزيد فرصة نجاحك يجب ان تبنى ثقتك بنفسك. و لكى يكون لديك ثقة بالنفس يجب أن تغير مفهومك لذاتك حتى يكون مفهوماً إيجابياً، كما يجب أن ترى نفسك قادراً على فعل ما تريد، و ان تعلم انك لكى تغير مفهومك الذاتى يجب ان يكون هذا التغيير نابع من الداخل من نفسك أنت، لان هذا التغيير إذا لم يكن من الداخل أو إذا لم تكن أنت مقتنع به فإنك سوف تعارض هذا التغيير لانه لم يتفق مع قيمك ورؤيتك الذاتية، ويجب ان تسعى لكى تكون ناجح وليس لكى يقال انك ناجح، فإذا كان سعيك لكى يقال انك ناجح فإنك ستكون كالذهب القشرة لون الذهب وما هو بالذهب، ولكنك لو عملت لكى تكون ناجحاً فسوف تكون ناجحاً، فالنجاح ليس ادعاء، بل حقيقة ملموسة فى نفوس وعقول وقلوب الناجحين، فأغرس فى نفسك نجاحات تحصد ثمارها أنت والتاريخ، ولا تلتفت للأمور السطحية أو الشكلية. وعليك فعل ما يدل على ثقتك بنفسك لتكتسب تدريجياً تفكير الإنسان الواثق، وافتخر بإيجابياتك مع تجنب كل معاني الغرور، وسجّل إنجازاتك على صفحات عقلك وتفكر فيها عند مواطن الضعف وأمام التحديات، واعلم ان الله سبحانه و تعالى أكرمنا منذ ان خلقنا

وأكد في محكم تنزيله على ذلك فقال (ولقد كرمنا بنى ادم) فلا تتنازل أنت عن هذا التكريم بعقدة النقص وضعف الثقة بالنفس وعدم معرفة الواجب.: وكن دائماً في المقدمة وضع فى راسك:-

١- أنت دائماً أفضل مما تظن فلا تستهن بقدراتك.

٢- ضع في رأسك قاموس الناجحين واستخدم كلمات كبيرة مضيئة براقة هادفة مثمرة وتجنب الكلمات السلبية

٣- كن بعيد النظر ولا تكتف برؤية ما تحت قدميك

٤- اجعل لعملك قيمة فاسع لتحقيق خطوات أفضل على طريق العمل.

٥- اشعر بأهمية عملك ليعطيك أهمية تجاه نفسك ويحفزك على أداء الأفضل.

٦- امنح نفسك يومياً حوافز علي النجاح وأشعر أنك على القمة حتى تستطيع الوصول إليها.

٧- اسأل نفسك دائماً هل هكذا يفكر الرجل الناجح ؟ وبعد الثقة بالنفس عليك بالخطوة التالية

ثالثاً:- تحديد الهدف:- يجب ان تسأل نفسك دائماً هل عندك أمل ؟ هل لديك هدف تسعى إليه ؟ فلا تعود نفسك على أعمال لا هدف لها ولا تشغل بالك بأعمال ذات أهداف تافهة، فإن عظم الفرد من عظم أهدافه، فمهما عظم الهدف فإنه دال على تفتح عقلية صاحبه وحبه

لمعالى الأمور. ويرى علماء النفس إن الذين لا يحملون هــدفاً أكثــر عرضة للمشاكل و الصدمات النفسية و الاجتماعية، لان الإنسان الذى يعيش بلا هدف كالسفينة التى تسير بلا دفة، فكلاهمــا لا يملــك إرادة اختيار الطريق الذى يسير فيه، و إنما يسير وفقاً للظــروف ولمــشيئة الآخرين، فهما ينتظران السماء لتمطر عليهم حلول لمشكلاتهم والحــظ يزودهم بالتغيير والآخرين يعملون عنهم ويشكلون حياتهم. اما صاحب الهدف فهو كالقبطان للسفينة واضح في اتجاهه و مقــصده و يكــون الوقت لصالحه لأنه كلما مر الوقت قرب من هدفه وحقــق رســالته. وعند تحديد هدفك لكي تكن ناجحا في هذه الحياة عليك ان تحدد أهدافاً يمكنك أن تحققها لنفسك ثم تصل إليها، وبعد ذلك تحدد أهــدافاً أكثــر صعوبة بقليل من الأولى ثم تعمل على تحقيقها والوصــول إليهــا... وهكذا. و يجب ان تحدد هدفك ثم تحدد الأسباب التى جعلتك تختار هذا الهدف دون غيره من الأهداف. أى أسباب الهــدف، وبتحديــد هــذه الاسباب تجد نفسك حددت ما يمكن ان يدفعك نحو هدفك، ويولد لديك الرغبة فى تحقيقه، أى يخلق داخلك ما يشبة الثورة الداخلية لتحقيق هذا الهدف، بمعنى انك تقول لنفسك أنا حددت هذا الهدف لكذا وكذا وكذا، وتجد انك لكى تشبع كذا يجب ان تحقق هدفاً ما، وهذا الهــدف أنــت حددته مسبقاً وعند تحديد الهدف عليك ان تتأكد من ان هدفك يتناســب مع الإمكانيات الفعلية لك وللبيئة التى تعيش فيها. وإجعل أهدافك حلمك الذي يداعب أجفانك الذي تتمنى يوماً في تحقيه. وهنا قد نجد من يسأل

أمن الممكن ان يكون هناك أناس يرفضون تحديد هدف لهم ؟ نقول نعم هناك أناس يرفضون تحديد هدفاً لهم وذلك يرجع لعده أسباب وهى:-

١- الخوف من الفشل أو لأنهم يجهلون كيف يحددون هدفهم أو لايسعون لهذه الأهداف.

٢- الرفض لانهم يرون ان تحديد الهدف يحتاج لجهد ومجهود، ويشعرون أنهم فى وضعهم الحالى بالراحة، لذلك فهم ينشدون الراحة فيظهرون رافضين وبلا هدف.

٣- التسويف والمماطلة كل يوم يقولون غداً سوف أحدد وأعمل.

٤- عدم الإيمان بضرورة تحديد الهدف، فهم يعملون ولا يحددون هدفاً ويكونون متواكلين، فنجدهم يقولون اللى يجيبه ربنا كويس، أو سيبها على الله، ناسين أو متناسين أنن الرسول صلى الله عليه وسلم قال اعقلها وتوكل أى خذ بالاسباب.

وبعد تحديد الهدف عليك ان:-

- **تركز على أهدافك:-** أيقن بأنك إذا أتقنت عملك وأحببته وتفانيت فيه وركزت عليه فإنك تستطيع أن تحقق ما عجز عنه الآخرون، وقد أكد ذلك حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم حينما قال: " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملا أن يتقنه " حيث يتوجب عليك أن تكون إيجابياً في تصرفاتك، وأن يكون تركيزك كله على ما يحقق هذه الأهداف، وأن تكون قديراً في أدائك، فتفعل الشيء على صورته الصحيحة، وان

تعزل نفسك عن العالم الخارجي والبعيد عن ذاتــك، ولا تتــأثر بــأى مؤثرات مهما كانت أثناء سيرك لتحقيق هدفك، بمعنى ان تركز حتــى وإن كنت مطالب بإنجاز (١٠٠٠) مشروع، يجب أن تعمل على زيادة مجهودك. فهناك الكثير من الإغراءات التى تصرف انتباهك. و الكثير من الأشياء الشيقة لتعملها والأماكن لتذهب إليها والناس لتختلط بهــم، فبإمكانك قضاء وقتك بعدة طرق أخرى. لكن إذا أردت أن تنجز فمــا عليك إلا أن تركز على ما هو أكثر أهمية...وهكذا ببــساطه، وكــن الشخص الذي يفعل... ولا تماطل ولا تتعلل ولا تقل مالا تفعــل، ولا تنتظر حتى تتحسن الظروف و إلا ستنتظر إلى الأبــد، و ضــع فــي اعتبارك الصعوبات والمشكلات التي قد تعوقك عن مهمتــك واعمــل على حلها. وركز على أهدافك وأكتبها، فالتركيز على الهدف وكتابتــه وقرأته باستمرار يذكرك بأن هناك التزاماً ما عليك الوفاء به. وأحرص دائماً على تبني الأهداف والطموحات والواضحة عن طريق ما يلي:-

- تحديد الكثير من الأهداف و المجالات التي تتطلب تحقيــق نتــائج ملموسة، وذلك حتى يتحقق لك الثقة بالنفس. - قسم أهدافك إلى أهداف يمكن تحقيقها على المدى القريب و تؤدى على المدى البعيد إلى تحقيق الهدف الذى تصبوا إليه. - فكر في الخيارات المطروحة لتحقيق الهــدف واختر أحسنها. - ضع احتياطات أو البدائل عندما يُجانبك الصواب فى تنفيذ أي جزاء من أجزاء هدفك. - استخدم معايير مناسبة لتتبع مستوى أدائك.

- تأكد من أن أهدافك وطموحاتك تتفق مع قدراتك وإمكانياتك وكذلك

الوقت المسموح لك أو الذى خصصته أنت لتحقيق هذه الأهداف، وتأكد من أنها تعكس احتياجاتك وطموحاتك أنت. - حدد مواعيد لمراجعة الأداء بصورة مستمرة. - راجع مستوى تقدمك ونجاحك بصفة منتظمة. - وفى النهاية عليك ان تتذكر أن بضع دقائق من التفكير والتخطيط توفر بضع ساعات من العمل الشاق **ثالثاً- حدد أولوياتك**:- كي تستطيع إنجاز الأهداف والطموحات التى تسعى إليها على النحو المطلوب عليك إتباع الإرشادات التالية:

- حدد أولوية الأهداف تبعاً لأهميته، والسرعة المطلوبة لإنجازه.
- خطط لإنجاز الأعمال الهامة والعاجلة أولاً، ثم الأقل أهمية وهكذا
- حدد الأهداف التى يمكن ان يؤدى تحقيقها إلى الإسهام فى تحقيق الأهداف الآخرى
- طبقاً لمبدأ باريتو، فإن نحو ٨٠ % من نشاطاتك تتوزع على نحو ٢٠% من وقتك، لذا حاول أن تركز على الوقت القصير المنتج بدلاً من الوقت الطويل الضائع.
- أعد باستمرار تقييم نشاطاتك في ضوء أهدافك الشخصية و أولوياتك التي تسعى لتحقيقها، ورتب نفسك على هذا الأساس.

رابعاً: نظم وقتك :- تنظيم الوقت عامل حيوي من عوامل النجاح، لذلك عليك أن تتحكم بوقتك وتنظمه وتذكر أن الفشل في التخطيط هو تخطيط للفشل، ومن أجل استغلال ناجح للوقت اتبع ما يلي

- أولاً عليك ان تذكر أن الوقت ليس تحت تصرفك ، لذا افترض المضيعات.

- ضع جدولاً زمنياً لأعمالك. و لا تعطى أي نشاط أكثر من الوقت الذي يستحق.

- اترك هامشاً من الوقت بين عمل وآخر لمواجهة المواقف والمقاطعات غير المتوقعة.

- حدد قائمة ببعض الأنشطة التي يمكنك أن تملأ بها هذا الفراغ.

- اجعل الساعة الأولى في يوم العمل ساعة نشيطة ومزدحمة لأنها ستكون بمثابة مؤشر لنمط العمل في باقي اليوم.

- خصص نحو نصف ساعة أو ساعة يومياً للتفرغ للتفكير فيما يستجد من أمور هامة .

- خذ استراحة في الأوقات التي تشعر فيها بأنك لا تستطيع أن تعمل أو تفكر بكفاءة.

- أنجز المهام التي تحتاج إلى تفكير عميق حين تكون في أفضل حالاتك.

- احرص على أن تشغل يومك بأعمال ذات قيمة، ولا تقم بأي عمل غير ذي أهمية لمجرد شغل وقت الفراغ.

- قم بمهمة واحدة في كل مرة تنوي فيها عمل شيء.

- خصص وقتاً للاسترخاء والراحة، كي يساعدك على استعادة قوة التركيز وإطالة فترة نشاطك، ويخلصك من الإحساس بالخمول.

ولكي تنظم وقتك يجب ان تقوم بالخطوة التالية:-

خامساً- استخدام منظمات الوقت: وهناك عدة طرق من منظمات الوقت التي ستساعدك على تنظيم الوقت واستغلاله على أحسن صورة، ومن هذه المنظمات المفكرة الشخصية، المخطط اليومي، المخطط الأسبوعي، الشهري، لوحات الحائط، لوحات المحادثة، البريد الصوتي والبريد الإلكتروني.

بعد أن تحدد منظمات الوقت المناسبة لك اتبع ما يلي:

- جهز نفسك بالأدوات اللازمة والتى تتناسب معك وتمكنك من تنظيم وقتك، وهى قد تكون واحد من الأدوات السابقة أو بعضها أو كلها، وعليك ان تحدد الذى يتناسب معك.
- خض التجربة، وقد تستهلك محاولتك الأولى جزءاً كبيراً من وقتك، لكن لا تقلق، فبمرور الوقت ستزيد سرعة أدائك وثقتك بنفسك.
- في نهاية كل شهر راجع كيف سارت الأمور، وما هي العوامل التي ساعدتك والكيفية التى تمت بها، وما هي العوامل التي أعاقتك.
- عدل أسلوبك وجربه مرة أخرى في الشهر التالي.
- داوم على المحاولة والمراجعة حتى تتوصل إلى أنسب الطرق.

أستمر ولا تنقطع حتى الوصول لهدفك

و هناك العديد من الأسباب التى تؤدى إلى ضياع الوقت، يجب ان تكون على علم بها حتى تتمكن من التعامل معها بفاعلية و منها:-

- الزيارات المفاجئة من الآخرين أو ممن يأتى إليك ليشغل فراغه على حسابك.
- التردد في اتخاذ القرار.
- المكالمات الهاتفية الزائدة عن الحد.
- عدم وجود خطة.
- تراكم الأوراق وعدم ترتيبها.
- التسويف.
- عدم القدرة على قول (لا) لما يمكن ان يهدر وقتك ومجهودك.
- ضعف مهارة إنهاء الحديث بلباقة.
- عدم الاستفادة من السجلات والتجهيزات والإمكانيات.
- إعطاء المكالمات الهاتفية الأولوية في العمل.
- سيطرة الروتين على الآخرين.
- عدم الثقة بالآخرين.

- الاعتماد على الذاكرة.

وقد يتسأل البعض كيف أتغلب على مضيعات الوقت ؟

وهنا نقول له للتغلب على مضيعات الوقت عليك بعمل ما يلى:-

- تحديد مضيعات الوقت ومبدداته.
- وتجيب أمام نفسك هل مني أو من غيري ؟
- ضع عدداً من الحلول لكل مضيع ثم اختر أنسبها.
- إن لم تتم إزالة هذا السبب الذى يضيع وقتك، فلا أقل من الاقتصاد فيه.
- سد منافذ الهروب ومبرراته.
- استغلال الأوقات الهامشية.
- لا تستسلم للأمور العاجلة غير الضرورية.

*** تخيل لو أن شخصا بلغ من العمر سبعين عاما وأضاع من يومه مقدار (حسب ماهو مدوّن في الحقل) كم يضيع عليه خلال العمر تأمل الجدول:- (٤)

٣أشهر	٥ دقائق
٦أشهر	١٠
سنة كاملة	٢٠
٣سنوات	ساعة
٣٠سنة	١٠ساعات

ولذلك نقول لك عزيزى القارئ:-

- لن تستطيع السيطرة على كل وقتك لكن سيطر على ما تـــستطيع منه.
- الانضباط الذاتي والإرادة الجبارة سر نجاح إدارة وقتك.
- يستحيل أن تكون الأعمال كلها في درجة واحدة من الأهمية.
- إياك وفضول النوم والأكل والكلام فى أوقات العمل.
- عليك ان تطبق ما قاله السابقون ***تحكّم في الوقت قبــل أن يــتحكم فيك.***

- الاشتغال بالندم على الماضي تضييع للمستقبل

- تذكر أن التفرغ في مستقبل الأيام وهم وسراب

- بقدر ما تتمنى تنال ما تتمنى.

- الوقت لا ينتظر أحدا، وانه مورد مهم يستوي الناس في امتلاكه لا في تصريفه.

- اعمل بطريقة أذكى لا بمشقة أكثر.

وبعد ذلك كله يجب ان تقوم بالخطوة التالية وهى:-

سادسا التخطيط:-

١- جهز قائمة بالمهام التى يجب إنجازها. أدرج بها كل الأفكار التى ترد لذهنك. تكمن الفكرة فى أن تدون كل شئ على الـورق. لا تتوقف لصياغة أسلوبك أو للتفكير فى أحد النقاط كل ما عليك هو الاستمرار فى كتابة القائمة حتى تكتمل.

٢- درج قائمتك تبعاً للأهمية. وأسهل طريقة للقيام بذلك هى تصنيف كل مادة إلى ثلاثة أقسام رئيسية:-

أ ـ عاجل وهام.

ب ـ هام وليس عاجل.

ج ـ لا هام ولا عاجل.

النقـــاط (أ) هى الأكثر أهمية لذلك تأخذ الأولوية القصوى دائماً.

والنقاط (ب) تليها فى الأهمية.

أمـــــا (ج) فلا تستحق تضييع الوقت بها.

اتخاذ الوقت اللازم لتحديد الأولويات سيساعدك على إنجـــاز المهـــام واحدة تلو الأخـــرى، دون التوقف لتحديد أهمية الخطـــوات لإنجـــاز المهمة.

٣- حدد بإحساسك وتفكيرك أكثر الخطوات أهمية.

٤- ثم بعد ذلك قم وببساطه بحذف أي خطوه غيـــر هامـــة مدرجـــه بالقائمة. اسأل نفسك " ما هو أسوأ ما يمكن حدوثه إن أســـقطت هذه كلياً من القائمة ؟. وإن رأيت أنك تستطيع تحمل النتائج دون خسارة، احذفها فوراً.

٥- طور عادة تدوين خطه على الورق لإنجاز المهام، سواء كانـــت كبيرة أم صغيرة، فالنجاح الذى يتمتع به الكثيرون يرجع إلى دقة تخطيط حياتهم، ارسم طريقك ثم أسلكه هكذا، عمل بـــسيط لكـــن فعال جداً.

٦- استثمار الوقت عامل و مطلوب لإنجاز كل مهمة على قائمتـــك. احسب الوقت اللازم لإنجاز كل مهمة مثل الـــسفر والمقـــابلات

والتخطيط.. إلخ. لا تنسى إضافة وقت ضـــائع للوقــت الفعلـــى لإنجاز هذه المهام.

٧- حدد أهدافك. اكتبها واجعلها أمامك. حدد ما تعمل مـــن أجلـــه. سجل أهدافك فى خطتك اليومية وارجع إليها باستمرار. ثم ضـــع تسلسل زمنى منطقى لإنجاز كل هدف.

٨- ضع خطه مرنة لكل هدف. سجل الهدف المراد إنجازه فى قمــة القائمة. يمكن تقييم كل مهمة إلى خطوات لكل منها ميعاد نهـــائى لإنجازها. الفكرة من الخطة المرنة هـــى أن تقــسم الخطـــوات باستمرار لخطوات أصغر، وفى كل سلسلة قم بتدريج الأعمـــال حسب الأهمية. تزودك الخطة المرنة بحلول للمواقف الحرجة مما يؤدى مباشرة لإنجاز مهمتك.

٩- أعطى لكل مهمة الوقت اللازم لإنجازها. استغل وقتك لمعالجـــة الأمور ذات الأولوية. وإذا انتهيت من المهمة مبكراً، ابدأ مباشرة فى إنجاز التالية. استغل الأوقات التى تكون فيها فى ذروة طاقتك لإنجاز المهام الأكثر إلحاحاً. وكلما أكثرت من استعمال الوقــت المحدد لكل مهمة بمهارة، كلما أصبحت أكثر مهارة فى تحديـــد الوقت المطلوب

١٠- حدد باستمرار الوقت اللازم لإنجاز كل مهمة. عندما تبدأ فـــى إنجاز المهام، فإنك تحتاج للعمل دون أى عوائق وعندها ستشعر بحدوث النتائج المطلوبة بشكل أسرع.

١١- قسم الأهداف إلى مهام أساسية. لا يهم إن كان الهدف كبيراً أم صغيراً. أى هدف قد يبدو مثل حلم بعيد المنال حتى تبـدأ فـــى تقسيمه إلى خطوات عمل صغيرة جداً يمكن أن تبـــدأ بهـــا فـــى الحال، تقسيم الهدف إلى مهام أساسية يجعلـــك تنجـــز خطـــوات توصلك إلى ما كنت تحلم به، إذا فشلت فى عمل هـــذا ستـــصبح أهدافك أحلاماً بعيدة المنال.

١٢- أعط كل مهمة الوقت الكافى لإنجازها، هـــذه هـــى الطريقـــة الصحيحة، ولاحظ إنك تحتاج لإنهاء المهمة بالشكل الصحيح من أول محاولة حتى لا تتعرض لضغوط تسارع الوقت المحدد

٣- توقع ما لا يتوقع كن واضحاً مع الآخرين حـــول مـــا يجـــب أن يفعلوه ومتى ؟ لكن عليك إدراك أنه ما من أحـــد غيـــرك ملـــزم بالإنجاز. راجع بشكل مستمر بدلاً من الانتظار للدقائق الأخيـــرة وهذه هى الوسيلة المثلى لتبقى على الطريق الصحيح.

والأن علينا ان نؤكد لك إنه يجب ان تكون فى كل خطـــوة ملتزمـــاً بالـــصفة التاليـــة، وهـــى:- **التنظيـــــــــــم**

فهذه الصفة يجب ان تكون معك فى كل مرحلة من مراحل عملك، بل

من مراحل حياتك، فلا نكون مبالغين لو قلنا ان التنظيم والحسم سـر من أسرار النجاح، بل والبوابة الاساسية للدخول للنجـاح. فعليـك أن تكون حاسماً، فأحسم أمورك أولاً بأول ..لا تدع مشكلة أو موقف مـا يفوت عليك من دون حسم.. قرر حتى ولو كان خطأ أحسم حتى لـو أخطأت لأنك ستتعلم أن تحسم وتتعلم من خطأك، وأن تخطئ أفـضل من أن لا تحسم، و أبتعد عن التردد، فإنه يضيع الوقت والجهد ويهبط الهمم.

ويتضح التنظيم من خلال قيامك بما يلى:-

١- هيئ نفسك لتقوم بأداء عالى وكفء وجهز أى شئ تحتاجـه لأداء المهمة المطلوبة منك على أكمل وجه

٢ ضع كل شئ فى مكانه. فى نهاية اليوم، أفرغ مكتبك وارجع كل ملف أو مستند لمكانه المعهود. بهذه الطريقة ستجد كـل شئ فى مكانه عندما تحتاجه فى المرة القادمة

٣- قبل أن تبدأ أى المشروع، أحرص على تـوفر الأساسـيات أجمع كل المواد التى تحتاج إليها مسبقاً. بالنسبة للكاتب قـد تكون هذه المواد مجموعة أبحاث، وبالنسبة لعامل البناء قـد تكون أدوات ومواد البناء التى يحتاجها، وبالنـسبة للطالـب يكون الكتاب وسجل المحاضرات والأوراق والأقـلام هـى

الأدوات التى يحتاج إليها، فجهز ما تحتاجه مسبقاً لتندمج بالعمل دون انقطاع حتى تكمل مهمتك

٤- استفد من كل المصادر القيمة التى أمامك. كما يمكنك الاعتماد على حدسك الخاص للوصول إلى ما تحتاج.

٥- قم اليوم بوضع قائمة للغد ومن الأفضل أن تحتفظ بجدول أعمالك فى ملف مخططك اليومى أو تجمعها كلها على شكل كتيب. بهذه الطريقة سيكون لديك دائماً كل الأعمال الأنشطة اليومية. تحضير جدول أعمالك فى وقت سابق يجعلك تبدأ بداية أفضل فى يومك الجديد. ويجعلك أيضاً تفكر بالخطوات التالية

والان ابدأ فوراً.......فبعد تحديد الهدف خذ خطوه عمليه فورا.........

٦- قم بعمل أبغض المهام أو اثقلها أولاً، وذلك عند ما تواجه بقائمة من المهام الثقيلة، قم بالأكثر بغضاً واحدة تلو الأخرى، ستشعر بعد ذلك أن كل ما يأتى لاحقاً سهل، وستشعر أنك لا تقهر باقى اليوم.

٧- ابدأ فوراً، اتخذ شعار " الآن أعمل.. الان أفعل " ***واعلم إنك إن لم تبدأ فلن تنتهى***. إذا انتظرت انتظام بعض الأمور فإنك قد تفقدها كلها، وإذا كان الأمر صعباً فعليك إنجاز بعض

الخطوات كل يوم، فإن ذلك يصل بك إلى تحقيــق هــدفك، لا تؤجل عملك بل قم به الآن.

٨-كن حاسماً و دقيقاً، وإجعل الدقة فى حياتك فى كل شئ عادة، فانك فى وقت قصير جداً ستنجز أكثر من غيرك بــــ ٩٧%. فالدقة فى المواعيد ستجعلك تبدو ملتزماً وتوفر لــك الوقــت والمال، وتجعلك كذلك تحترم وقت الآخرين، حضورك للعمل أو مكان دراستك مبكراً أو فى أى مكان يفتــرض ان تكــون موجود فيه مبكراً يتيح لك الفرصة للتعرف على طبيعة المكان والإمكانيات والأوضاع والجوانب المختلفة لهذا المكان، ويتيح لك وقتاً للراحة، ووقت للاستعداد الذهنى أو حتى على الأقــل وقت لمراجعة ملاحظاتك.

الدعوة السادسة

لكى تكون طالباً نـــاجحاً

إذا كنت طالبا كيف تكون طالباً ناجحاً ؟

لكى تكون ناجحاً يجب ان يكون لديك قبل كل شئ رغبة فى النجـــاح، فالرغبة فى النجاح والإرادة القوية هما أول خطواتك علـــى طريـــق النجاح، وبذلك يجب عليك ان تحدد هدفك بدقة مع بداية العام الدراسى و تقوم بمايلى:-

أولاً-إدارة الوقت:-

وقد عبر العالم أحد العلماء عن تجربته مع إدارة الوقـــت بالأرقـــام، ويذكر العالم أنه كان يملأ كل خلايا اليوم المخصصة للنشاط بالعمـــل والإنتاج، ومع ذلك كان يشعر أنها لا تكفي لتحقيق حلمه المستقبلي مما اضطره إلى تقليص عدد ساعات نومه إلى (٥ ــ ٦) ساعات. ومـــن خلال العمل الدءوب وإدارة الوقت بدقة أصبح عالماً كبيراً ووصل إلى العديد من الاكتشافات العلمية الهامة. وينصح هذا العالم الطلاب وهـــم في ريعان الشباب ألا يقضوا أيام شبابهم بالنوم دون حاجة.

فالإنسان يقضي ثلث حياته في النوم. وفي النهاية تـــستطيع عزيـــزي الطالب أن تحدد الأفعال والأنشطة التي عليك أن تقوم بها خلال اليوم الواحد وتحديد الزمن المخصص لكل فعل من خـــلال جـــدول بـــسيط يمكنك أيضاً من ضبط عملية هدر الوقت. وتعلم كيف تستثمر وقتـــك، وذلك من خلال:- - استغلال فترة الصباح الأولـــى وفتـــرة المـــساء

للدراسة الفاعلة، ففيها يكون الذهن في أقصى حالات استيعابه للمعلومات.

- الابتعاد عن التشتت الذهني الذي يسرق الأوقات، ويؤدي إلى تدني نسبة الفهم والتركيز.
- الإصرار والجدية في كافة شؤون حياتك، فالإصرار الذاتي هو الذي يحقق المعجزات.
- استغلال وقت وصولك للمدرسة بقراءة كتيب أو قصة قصيرة.
- كن لينا ولكن حكيما ومتزنا، إذا حدث شيء مفاجئ يعيق أوقات دراستك فكر متى يمكن تعويض هذه الساعات في وقت آخر.

ثانياً: تخلص من عادة التأجيل:

شجع نفسك على ترديد عبارة (في هذه اللحظة) والتي تعني ألا تؤجل واجباتك المدرسية وأن تنجزها في وقتها لأن ذلك يساعده على التفوق الدراسي وبسهولة، وخطط لنفسك "جائزة" تعطيها لنفسك مع نهاية الدراسة، مثلا: مشاهدة التلفاز، شئ تحبه أو محادثه مع صديق.

ثالثاً: دفتر اليوميات:

- سجل جميع واجباتك المدرسية في دفتر اليوميات، حتى لا تضطر إلى اللجوء إلى زملائك للسؤال عنها أو عدم حل الواجب وإحراج نفسك أمام زملائك وأستاذك في حال نسيان أداء الواجب.

- هذا السجل يعلمك النظام ويعلمك من أين تبدأ في إنجاز الواجبات وكلما انتهيت من واجب معيَّن تقوم بالإشارة لذلك بأنه انتهى.

رابعاً: تعرف على قانون الأولويات في المذاكرة الناجحة:

غالباً ما تجد نفسك في حيرة عندما تفكر من أي مادة تبدأ دراستها أولاً، لذلك اختار من بين كل الأعمال المفروضة عليك عملاً اشد أهمية لتنجزه أولاً، لأنه لا يوجد وقت لعمل كل شيء، ولكن هناك دائماً الوقت لعمل الشيء المهم، ومن المفضل دراسة أكثر من موضوع يوميا، للتنوع وعدم الضجر من الدراسة.

خامساً: أبدأ بدراسة المواد التي تجد فيها صعوبة:

غالباً ما يعمل الطلاب على تأجيل المواد الصعبة حتى يقترب موعد الاختبارات دون أن يتمكنوا من استيعاب هذه المواد، لذا فلا مجال أمامك سوى الإقدام والمبادرة لدراسة هذه المواد حتى لا تجعل الدروس تتراكم، فابدأ مراجعة الدروس قبل تراكمها حتى لا تقع محل الحيران الذي لا يعرف من أين يبدأ بسبب ضيق الوقت، لذلك فإنه عليك مراجع درسك من أول يوم كتبته فيه، فأي شيء خزن في الذاكرة لا يمحى أبدا، واستعادته تكون سهلة، كما أنه من المفضل أن تبدأ دراستك اليومية بالمادة الصعبة ومن ثم الانتقال الى الأسهل بالتدريج فالدماغ يكون أقل إرهاقا في بداية الدراسة، لذلك فالاستيعاب يكون أكثر. وعليك ان تقوم بما يلي:-

- حدد الوقت المناسب للمذاكرة، و هذه الأوقات التي تكــون بهــا نشيط الذهن والجسم، فلكل إنسان ساعات في اليــوم يــستطيع ان يركز ويستوعب المادة أكثر.

- من المهم أن تكون الدراسة منظمه مع فترات أستراحه، أخذ فترة راحة لمدة نصف ساعة بعد كل ساعتين أو ثلاث ســاعات مــن الدراسة. بهذه الطريقة يستوعب الدماغ بشكل أفضل، ويجب أن تستذكر يومياً سواءً أكان لديك واجبات مدرسية أو امتحان أم لا.

- أن يكون استذكارك لدروسك في مواعيد ثابتة يومياً لتتكون لديك عادة الجلوس إلى المكتب في مواعيد معيَّنة كل يوم.

- يجب عليك أن تعطي لنفسك سبع ساعات من النوم يومياً علــى الأقل.

- التوقف عن الدراسة حين يحين وقت النــوم أو عنــدما تــشعر بالإرهاق لأن الدراسة مع الإرهاق فائدتها محدودة.

- عدم الإفراط في تناول المنبهات والمــشروبات الغازيــة أو أي مشروبات تحتوي على مواد ضارة بالجــسم، ويفــضل تنــاول العصائر الطازجة والفواكه والخضروات.

- لا تتنازل عن ساعات الفراغ وقضاء وقت ممتع.

- لا تبدأ أي مادة قبل أن تأخذ ورقة بيضاء تـضع فيهـا عنـاوين ومحاور حتى تكون الأفكار لديك منظمة ومرتبة تكفيـك بـضع ثوان للتذكر الدرس بأكمله.

- لا تخجل من السؤال عن الأشياء التى لا تفهمها، ومن الأفضل أن تسأل الأستاذ وتستفيد بدلاً من أن تبقـى الفكـرة مبهمـة غيـر واضحة تتمنى لو أن أحد ما يفسرها لك يوم الامتحان.

- أفضل وسيلة للفهم هي الشرح، فحاول ان تشرح لأصدقائك الدرس وكن متيقنا بأنك فهمته ١٠٠% فلن يستطيع الإنسان شرح شـيء إن لم يكن متمكنا منه.

سادساً: صمم جدول الأولويات:-

هذا الجدول يعتبر خطة تنظم بها الواجبات المطلوبة، ونقدم هنا نموذجاً لهذا الجدول:

الخانات الرئيسية: مهم ــ مستعجل، مهم ــ غير مستعجل، غير مهم. مع التأكيد على أهمية البدء بالمهم- المستعجل: مهم – مستعجل مهم – غير مستعجل غير مهم.

استذكار الواجبات المدرسية، و مطالعة، و الجلوس مـع الأصـدقاء، وزيارة عائلية، وبعض المهام الشخصية و الأسرية الأخرى، وبعـدها نقوم بتحديد الأولويات وتنظيم الوقت المطلوب لتنفيذ البرنامج.

المطلوب الان يجب ان تحضر لنفسك جدولا مماثلا حسب أولوياتك، وأجبتك وظروف حياتك...

ـ حدد هدفك فى ذلك الوقت:- غالباً ما تلجأ بعض الأسر إلى صياغة هدف لأبنائها، على الرغم من عدم رغبة الأبناء بهذا الهدف، لذلك تأتي النتائج المدرسية مخيبة لآمال الأسرة والأبناء على حد سواء، لذلك لا بد أن يتبلور في ذهنك بشكل ذاتي، ومن المراحل الأولى هدفك في الحياة وتسأل نفسك الأسئلة التالية :

- ماذا أريد أن أحقق من خلال دراستي...؟

- ماذا أريد أن أكون في المستقبل...؟

- ما هي الخطوات العملية التي عليّ أن أقوم بها لتحقيق مستقبلي...؟

وقد أصبح الهدف في حياة الإنسان أساس نجاحه.

عزيزي الطالب أنت تحتاج طوال مسيرة حياتك الدراسية تحتاج إلى هدف تعود إليه عندما تشعر بالإحباط وتواجهك بعض الصعوبات، بحيث يمنحك هذا الهدف قوة الدفع و الإرادة والطموح فيحافظ على توازنك ويمنحوك المدافعية نحو الإنجاز والاستمرارية لبلوغ الهدف.
وعليك ان تحاول ان تفهم هذا المثل وتطبقه فى حياتك: ضع الصخور الكبيرة أولا!!!

قام أستاذ جامعي في قسم إدارة الأعمال بإلقاء محاضرة عن أهمية تنظيم وإدارة الوقت حيث عرض مثالا حياً أمام الطلبة لتصل الفكرة إليهم، كان المثال عبارة عن اختبار قصير، فقد وضع الأستاذ دلواً على طاولة ثم أحضر عدداً من الصخور الكبيرة وقام بوضعها في الدلو بعناية، واحدة تلو الأخرى، وعندما امتلأ الدلو سأل الطلاب: هل هذا الدلو ممتلئ ؟

قال بعض الطلاب: نعم

فقال لهم: أ أنتم متأكدون ؟

ثم سحب كيساً مليئاً بالحصيات الصغيرة من تحت الطاولة وقام بوضع هذه الحصيات في الدلو حتى امتلأت الفراغات الموجودة بين الصخور الكبيرة.

ثم سأل مرة أخرى: هل هذا الدلو ممتلئ؟

فأجاب أحدهم: ربما لا .

استحسن الأستاذ إجابة الطالب، وقام بإخراج كيس من الرمل ثم سكبه في الدلو حتى امتلأت جميع الفراغات الموجودة بين الصخور، وسأل مرة أخرى: هل امتلأ الدلو الآن ؟

فكانت إجابة جميع الطلاب بالنفي .

بعد ذلك أحضر الأستاذ إناء مليئا بالماء وسكبه في الدلو حتى امــتلأ. وسألهم: ما الفكرة من هذه التجربة في اعتقادكم ؟

أجاب أحد الطلبة بحماس أنه مهما كان جدول المرء مليئاً بالأعمــال، فإنــه يــستطيع عمــل المزيــد والمزيــد بالجــد والاجتهــاد . أجابه الأستاذ: صدقت.. ولكن لــيس ذلــك هــو الــسبب الــرئيس . فهذا المثال يعلمنا أنه لو لم نضع الصخور الكبيرة أولا، ما كان بإمكاننا وضعها أبداً

ثم قال: قد يتساءل البعض وما هي الصخور الكبيرة ؟ إنها هدفك فــي هذه الحياة أو مشروع تريد تحقيقه كتعليمك وطموحك، وإســعاد مــن تحــب، أو أي شــيء يمثــل أهميــة فــي حياتــك.. تذكروا دائماً أن تضعوا الصخور الكبيرة أولا... و إلا فلــن يمكــنكم وضعها أبداً

سابعاً: أختر لنفسك جواً ومكاناً مناسباً للدراسة:-

- في كل بيت ظروف دراسية مختلفة، أوجد لنفسك أكثر مكان مــريح تستطيع فيه أن تستذكر دروسك مع الأخذ بعين الاعتبار حاجات أفراد العائلة الباقين، فالمذاكرة المنتجة والمثمرة تحتاج إلى مكان ومكتب أو شئ يمكن ان تستذكر عليه ويكون مريح عند الكتابة عليه، كما يجــب ان يكون المكان والمكتب لا يحتوى على أى شــئ يــشتت الانتبــاة

والتركيز بعيد عن الاستذكار، هذا ويفضل أن يكون المكـــان هـــادئ ومضاء بقدر الامكان (هذا يتعلق بظروف البيت عامة).

- أجعل استذكارك بدون سماع الموسيقى لان ذلك مفيد أكثر ويمكـــن من الدراسة أكثر في المادة، فالاستذكار مع سماع الموسيقة قد تـــسبب الإحساس بالصداع وسرعة فقد القدرة على التركيز، ليس المقصود هنا الموسيقى فقط وإنما المقصود هنا هو كـــل مـــا يـــسبب الـــضوضاء، فالضوضاء تشتت الذهن عند الإنسان بصفة عامة، فما بالنـــا بإنـــسان المفترض انه تشبه بالعملية الجراحية التى يفترض ان تكون الحجـــرة معقمة لان جسم الإنسان يكون معرض للهواء، وعند الاستذكار يكون عقلك مفتوح، بل انه يكون كالمغناطيس الذى يجذب كـــل شـــئ فلـــو عرض المغناطيس ووجهته لأشياء معينة فإنه سيجمع كمية كبيرة من هذا الشئ، ولو عرضة لمجموعة مختلفة من الأشياء فى حين انك تريد شئ معين فإنه سيجمع كمية من هذا الشئ وأشـــياء أخـــرى، أى انـــه سيكون مشتت فى جمعه، فايهما أفيد لك. لذلك احرص على ان تكون غرفة الاستذكار كغرفة العمليات المعدة والمطهرة من كل مـــا يـــؤثر على التركيز و التحصيل العلمى.

- كما يجب ان تكون درجة الحرارة مناسبة وتساعدك على التركيـــز والاستذكار، ففى الصيف يجب ان تكون درجة الحـــرارة مناســـبة لا تشعرك بالحرارة، وفى الشتاء يجب ان تكـــون درجـــة الحـــرارة لا تشعرك بالبرودة، كما يجب ألا تكون درجة الحـــرارة بالـــدفئ الـــذى

يساعدك على النوم، بل يجب ان تكون بـــالبرودة المحتملـــة و التـــى تشعرك بتجدد النشاط.

- هناك أمور خاصة وشخصية قد تؤثر سلباً على دراستك وتعرقلهـــا مثل الخلافات و الارتباطات الاجتماعية والعاطفية، فعليك ان تتحاشى المشاكل والخلافات مع أفراد أسرتك أو أصـــدقائك فهـــذه الخلافـــات تنعكس على تحصيلك الدراسى، وإذا كـــان هنـــاك ارتبـــاط عـــاطفى فإحرص على ان يكون هذا الارتباط دافع ومحفز للنجاح، فإنظر إلـــى الطرف الآخر فى العلاقة على انه شئ كبير وعظيم، على إنه نجمـــة السماء وشمسها.. وعليك ان تكون فى مكانه عالية لكى تكون جـــدير بهذا الحبيب، وعليك ان تكون فى مكانه مساوية له، لا بل وفى مكانه أعلى لكى تستحق هذا الحبيب.

وقد يتسأل البعض فى الامتحـــان كيـــف أنجـــح داخـــل قاعـــة الامتحان؟

لكى تنجح في الامتحان ينبغي ان تهتم أثنـــاء مذاكرتـــه بمـــا يلـــي:
- فهم المعلومات الأساسية المتعلقة بالمادة، وذلك عبر فهـــم الكتـــاب الأساسي المقرر عليك قبل الكتب المساعدة الأخرى.

- الاهتمام بفهم المصطلحات بعمق، والجزء النظري عموماً.

- التحديد عند المذاكرة:- لا تبدأ أي مادة قبل أن تأخذ ورقة بيضاء تضع فيها نقاط للدرس وهى عبارة عن عناوين ومحاور يـــدور

حولها الموضوع حتى تكون الأفكار لديك منظمة ومرتبة تكفيك بضع ثوان للتذكر الدرس بأكمله.

- التدريب على حل المسائل الحسابية. و الأسئلة السابقة للامتحانات وبذلك يتحقق لك التعود على نظام الامتحانات وطريقة الأسئلة عبر دراسة الامتحانات السابقة.
- لا تجعل الدروس تتراكم: ابدأ مراجعة الدروس قبل تراكمها حتى لا تقع محل الحيران الذي لا يعرف من أين يبدأ بسبب ديق الوقت، لذلك يجب عليك مراجعة درسك من أول يوم كتبته فيه، كما يجب عليك عند استذكار المادة مراجعة لما فات، فعلماء االنفس يقولون ان الإنسان عند مقرأة موضوع ما فإنه يحفظ كخط خفيف فى الذاكرة يزداد هذا الخط فى الوضوح كلما راجع الفرد قرأة هذا الموضوع، لذلك فأي شيء خزن في الذاكرة لا يمحى أبدا، واستعادته تكون سهلة.

نوعية الأسئلة:-

الامتحانات عادة توضع بواسطة أساتذة متخصصين، درسوا المنهج وألموا بالجوانب التي لا يسع الطالب أن يعبر مرحلته الراهنة للتي تليها دون أن يلم بها، لذلك الامتحان في الأساس يركز على هذا الجانب ـ المعلومات الأساسية ـ، كما لا يغفل الأسئلة الذكية التي يقصد منها تقييم الفروق الفردية بين الطلاب وهذه نسبتها أقل، وعليك

دراسة الامتحانات السابقة، و ذلك لتتعرف على نوعية الأسئلة التـــي تطرح، والتي تختلف كثيراً من مادة إلى أخرى ومن أستاذ لأخر ؛ فقد تكون هناك أسئلة قصيرة تتطلب ذكاء وملاحظة: مــلء الفراغـــات، اختيار الإجابة الصحيحة،... الخ، وقد تكون هناك أسئلة طويلة تقليدية تتطلب فهماً عميقاً للمادة.

وقد يتسأل البعض عن كيفية كسب الدرجات ؟

إن واضعي الامتحان يضعون أيضاً إجابة نموذجية، توضح الدرجات المعطاة لكل قسم ولكل سؤال، كما توضح النقاط التي يجب أن تشملها الإجابة الصحيحة، وعند التصحيح يهــتم المــصحح بعــدد النقـــاط الصحيحة التي وردت في الإجابة، بغض النظر عن طول الإجابة أو قصرها، إذا كتب الطالب كلاماً خاطئاً أو أســهب فـــي أمـــر لـــيس موضوع السؤال فلن يجني درجة واحدة من فعله ذاك بل سيكون قـــد أضجر المصحح وأضاع وقته.

وعليك أن تدرك أنه من السهل عليك أن تحرز درجة عالية في سؤال تتطلب الإجابة عليه سرد مجموعة من الحقائق المحددة، وليس مـــن السهل إحراز درجة عالية في سؤال تتطلب الإجابة عليه كتابة مقـــال عن موضوع واسع متشعب، وإن كان بالإمكان الاختيار بين السؤالين فالأفضل لك أن تختار السؤال الذي تعتمد إجابته على ســـرد حقـــائق محددة.

في الأسئلة الطويلة والمركبة، عليك أن تجيب على كل أجزاء السؤال ولا تركز على جزء معين وتغفل بقية السؤال، أو تجيب عليها إجابات ضعيفة، لأن إسهابك في فرع من السؤال لا يعوض تقصيرك في فرع أخر، لكل فرع درجة محددة لن تتجاوزها مهما كانت إجابتك جيـدة. كذلك في الأسئلة الطويلة ينصح الطالب أن يتجنب الكتابـة النثريـة الطويلة، وأن يجتهد في تقسيم الإجابة تقسيماً يبرز النقاط الأساسية في الجواب عبر العناوين الجانبيـة، والنقـاط المرقمـة، والرسـومات الموضحة، والمعادلات المعرّفة، وذلك بخط واضح ونظيف ومـنظم لأن ذلك يريح المصحح، ويبين الكثير عن شخصيتك من حيث الفهـم والنظام، كما ينصح الطالب بالموازنة بين الحديث العام والخوض في التفاصيل الدقيقة، فلا يكون كثير التعميم ولا يخوض في التفاصـيل خوضاً لا يتطلبه السؤال ولا يسعه الوقت.

في داخل قاعة الامتحان:

ليس من المتوقع ــ ولا الشائع ــ أن تستمع بوقتـك داخـل غرفـة الامتحان، لكن يمكنك الاقتراب من ذلك بإتباع النـصائح التاليـة:-

- تأكد من معرفتك لمكان الامتحان وزمانه، كذلك تأكد من أنك تعرف المادة موضوع الامتحان، وعدد الأسئلة التي يجب أن تجيب عليهـا، والزمن المتاح للإجابة عليها.

- احرص على أن تصل إلى المكان المحدد في وقت مناسب، ومعك كل مستلزمات الامتحان من أقلام وأدوات كتابية.

عندما تدخل قاعة الامتحان:-

- سم الله، وأكثر من الدعاء بالثبات والتيسير والتوفيق.

- اقرأ الإرشادات المكتوبة للممتحنين.

- اكتب اسمك ورقم جلوسك، و كل المعلومات المطلوبة.
- اقرأ جميع الأسئلة، وتأكد من فهمك لها ـ تأكد من فهمك لأنواع الأسئلة المختلفة، مثلاً

وضح مستعينا بالرسم، يختلف عن وضح بالرسم.

- ضع علامة أمام الأسئلة التي ترى أنها سهلة.
- أبدأ بالإجابة على الأسئلة السهلة واحذر أن تسهب حيث لا يتطلب الإسهاب حتى لا تضيع وقتك.

- انتقل للأسئلة الصعبة، واكتب ما تعرفه عنها، ولا تعطها من الوقت أكثر مما تستحق.

- تأكد من أنك أجبت على كل الأسئلة الإجبارية، حيث انه قد يكون عليها درجات أكثر من غيرها، و تأكد من أنك أجبت على العدد المطلوب من الأسئلة الاختيارية.

- راجع إجاباتك وصحح الأخطاء التى تلاحظها.

- خصص ما تبقى من وقت للتفكير فى الأسئلة الصعبة.
- قبل أن تسلم الورقة للمراقب تأكد أنك كتبت اسمك **ورقم جلوسك** وكل المعلومات المطلوبة.

بعد الإمتحان:-

- لا تراجع أجوبتك السابقة، ولا تحاول أن تتعرف إلى أخطائك أو تناقش إخوانك الآخرين، خاصة إذا كان هناك امتحانات تاليــة، و ركز جهدك على الامتحان القادم، وأعلــم أن الكثيــر ينتظــرك وينتظر جهدك وتركيزك فلا تضيع تركيزك فــى التفكيــر فيمــا مضى من الامتحانات. وسر بتوفيق الله وتسديده، مــع خــالص تمنياتنا بالتوفيق و النجاح الباهر .

قائمة ببعض المراجع التى إعتمد عليها المؤلف والتى يعرضها لمن يريد الإستزاده:-

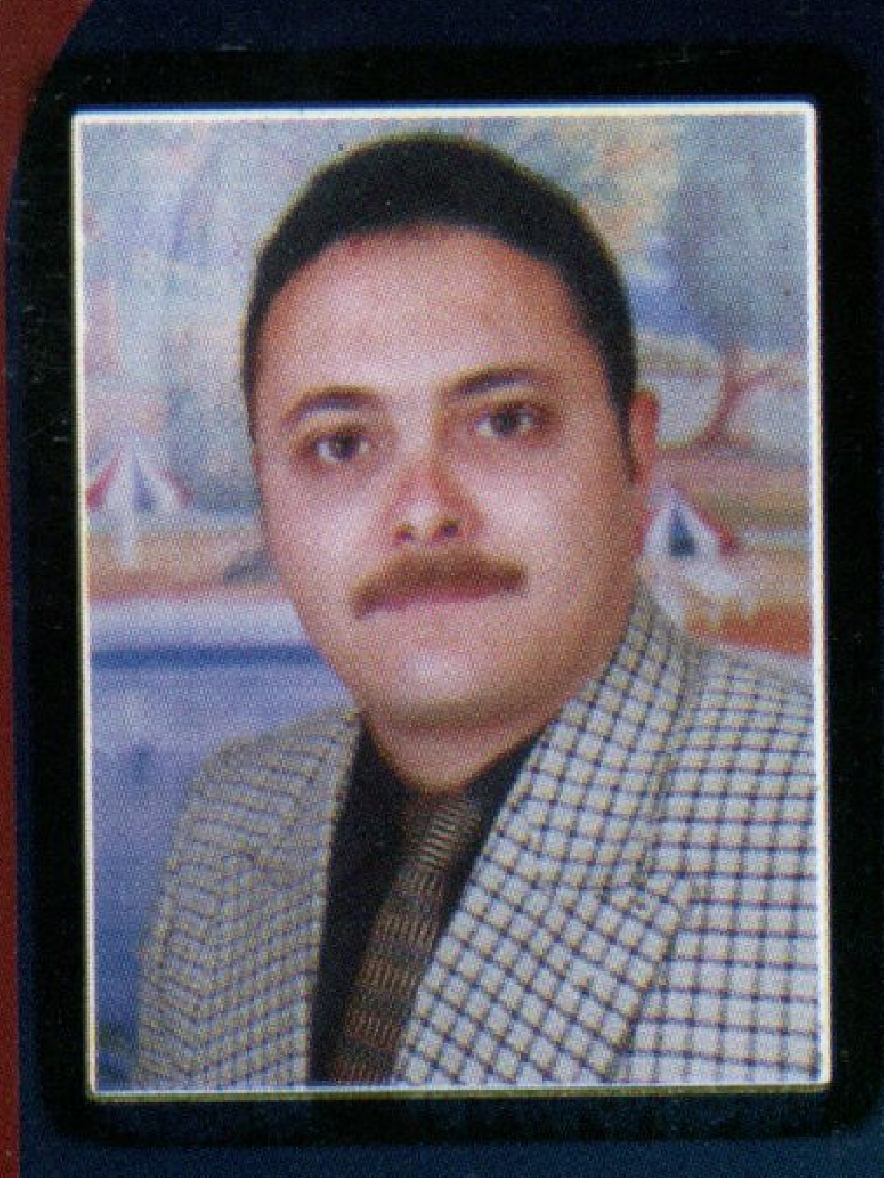
١- عدنان الطرشة:- كيف تكون ناجحا ومحبوباً، مكتبة العبيكان، الرياض، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٧.

٢- ابراهيم الفقى:- سيطر على حياتك.

٣- طارق محمد السويدان، فيصل عمر باشرا حيل:- صناع النجاح.

٤- موسى الجويسر تعريف على شخصيتك وشخصيات من تحب، من خلال أسرار النفس البشرية.

٥- علي بن صالح البطيّح:- فن التعامل مع عقارب الساعة



هذا الكتاب دعوة للنجاح، دعوة لأن تبحث فى نفسك عن مصدر الطاقة والقوة . وان تغوص فى أعماق أعماق ذاتك وتبحث فيها عن القدرات والمهارات التى تجعلك قادراً على إدارة ذاتك وان تكون من الناجحين ، بل تجعلك فى الصفوف الأولى من الناجحين ، ابدأ النجاح من داخلك وعندها ستتعلم كيف تتعامل مع الظروف ومع الناس ومع الحياة ،ستتعلم كيف تكون شمساً من الشموس التى تنير الدنيا بنجاحها ،وتتعلم كيف تكتب اسمك بحروف من نور على جبين التاريخ. هذا الكتاب دعوة [illegible] عن التاريخ ويأمل فى الوصول .

